街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ北摂WEST版

2019 OCTOBER vol.200 10

北摂WEST
吹田・豊中
箕面・池田

発行　株式会社シティライフNEW　www.citylife-new.com　E-mail info@citylife-new.com　■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　TEL06-6338-0640　FAX06-6368-3505

9月25日発行　無料
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

撮影:山口真一　ディレクション:和田拓也

巻頭特集
美容・エステ
2〜3 プロに頼って ノーファンデ肌をつくろう
4 美を極めるSALON

19〜22 EXPOCITY press vol.39

ヘアサロン 6 秋のメンテナンスメニュー
子育て① 8〜9 自分らしい保育園選び Kids&Mom
子育て② 10〜11 着実に力をつけているキッズたちをご紹介 Kids English
セミナー 12 プロから学ぶ生活向上セミナー
イベント① 24〜25 ロハスフェスタ淡路島
イベント② 27 カレーEXPO in ノエビアスタジアム神戸
イベント③ 28〜29 ロハスフェスタ万博
ニュース 37〜39 City Life NEWS「増税に伴う軽減税率とキャッシュレスポイント」

not! 若作り!
プロに頼って ノーファンデ肌をつくろう

肌は加齢とともに老化します。鏡を見るたびにため息をついてしまうことも…。気になるところを隠したくて、ついファンデーションを厚塗りにしていませんか？なぜ老けてしまうのか？その理由がわかれば、若々しい肌に近づくことができます。美容皮膚科の専門医である81クリニックの村川院長にお話を伺いました。

この方に伺いました！

美容皮膚科・美容外科
「81clinic」
村川 幸稔 院長

2003年より美容外科、エイジングケア医療に携わり、述べ12万人の方の美を応援してきたキャリアを持つ。2018年春、江坂に「81clinic」を開院。

check

加齢に伴い増える肌の悩み 老けて見える原因を正しく知っておこう

老けて見える一番の原因はシワやたるみです。次にほうれい線、肝斑(かんぱん)と続きます。シワができてしまう原因の一つは加齢による筋膜のゆるみ。筋膜とは、筋肉や骨、血管など、体を構成する全てを包んでいる膜のことで、これがゆるむと顔の筋肉が下がり、シワやたるみの原因となります。

一方、ほうれい線は陥没ジワの一種で、肌の真皮のコラーゲンやエラスチンの劣化や減少が原因です。若い頃の肌とは違い、水分量が減っていくので、肌が乾燥してきて表面の乾燥ジワが生まれてしまいます。

また、ノーファンデをめざすなら、シミは気になるところ。日差しによるシミ以外にも、女性ホルモンのバランスの乱れが原因となって発生する「肝斑(頬の両側に左右対象にできるシミ)」も老け見え肌の一因です。

これから先、歳を重ねるごとに肌の老化も進みます。10年後の肌に自信が持てるようにしておきたいものです。

check

あの人はなぜ輝いている？ プロの力を上手に借りよう

キレイな肌をめざすなら、まずご自身の肌の状態を正しく知ることが大切です。乾燥肌でシワができやすいのか、たるみやすいのか、老けて見える原因を知り、それに合わせた対応策をとりましょう。

昨今では、体の中からのエイジングケアが注目されています。体は老化によって、活性酸素が増え、錆びついていきます。そうなるとお肌の美しさも保てなくなります。時にはプロの力を借りて、最新のケア法を試してみたり、抗酸化作用のあるビタミンCやE、ポリフェノールを食事やサプリメントで摂り入れてみるのもおすすめです。

老け見え肌の特徴

- ☑ 肌にみずみずしさがなく、乾燥している
- ☑ 目の周りにシワが多い(小ジワ・ちりめんジワ)
- ☑ 輪郭やまぶたのたるみが目立つ
- ☑ 毛穴の開きやシミ、肝斑が気になる
- ☑ ほうれい線・マリオネットライン(口角から下に伸びる線)・ゴルゴ線(頬にできるシワ)が気になる

お家でもできるプロが教える対策

日々の暮らしの中で取り入れたいのが、肌老化の最大の原因である乾燥予防です。なによりも「保湿」に注目してケアを行いましょう。

顔の体操

たるみ予防に

顔の周りにある、デコルテや首などの血流やリンパの流れを良くしたり、凝り固まった大胸筋や側頭筋をマッサージするのが効果的。ほうれい線にもおすすめです。

洗顔後に保湿をしっかり

保 湿

潤いを与えるだけではなく、自ら潤いを作り、それを保つことができる肌がベストです。不要なものを洗顔等で取り除いたあとに、しっかりと保湿をしましょう。

【江坂 81クリニック】

血液クレンジング+超高濃度ビタミンC点滴で 体の中から、若々しい肌を呼び戻す

美容皮膚科だけではなく、美容外科医の資格を持った医師が診察を行い、ニーズに応えた治療、施術を行います。

様々な疑問点に対しても、詳しい説明を心がけています。

体の中からエイジングケアを

当院では様々な点滴メニューを取り揃えていますが、おすすめは「血液クレンジングと超高濃度ビタミンC点滴」の組み合わせです。血液クレンジングとは、ドロドロした血液にオゾンを入れて血中の酸素を増やすことで、血液をサラサラにして血流を良くするというもの。血流が良くなると代謝が上がり、新しい細胞が生成されやすくなるので、肌の根本的な改善に効果的です。

ビタミンCはシミやメラニンを抑制し、コラーゲンの生成を助けるのですが、体内では生成されません。経口で取り込む場合、腸内環境が良くないとうまく吸収されませんが、点滴はダイレクトに血液の中に注入することができ、血液中のビタミン濃度を効率よく上げることができます。血液クレンジングをした後に超高濃度ビタミンCを入れることでより相乗効果があるのでおすすめです。

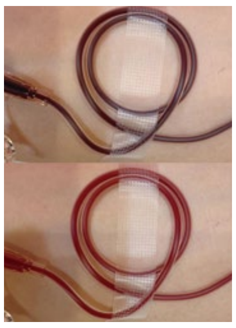
コラーゲンピールと スマートリフト(ハイフ)

肌表面のケアをするケミカルピーリングと違い、コラーゲンピールはTCAの影響で、肌の深部にまで働きかけることができ、細胞レベルで作用します。肌の奥からハリ感や弾力を実感できるので、肝斑・くすみ・妊娠線などで悩んでいる方におすすめです。別名マッサージピールとも呼ばれるくらい、リフトアップにも効果があります。

そして、たるみに効果的なのがスマートリフト(ハイフ)です。顔の筋肉を下で支えている筋膜に超音波で刺激を与えていく方法で、これにより周りの細胞が活性化されるので、顔全体が引き締まって、リフトアップが期待できます。

どのメニューもアンチエイジング医療に実績のある医師＋看護師が行いますので、ご相談ください。

当院のコラーゲンピールはTCA(トリクロロ酢酸)の他に低濃度の過酸化水素水やコウジ酸を組成することで、ダウンタイムがほとんどないことも特徴です。



ヨーロッパでは保険治療として採用されている血液クレンジング。肌だけでなく、健康維持にも効果的。血液が黒(ドロドロ/写真上)から赤(サラサラ/写真下)になるのがわかります。

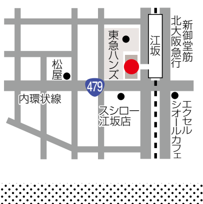
特 典 「シティライフを見た」で (10月末まで)

＼体の中から働きかける／
血液クレンジング(15,000円)+
超高濃度ビタミンC点滴(16,000円)
合わせて 31,000円(税別)→
特別セット **24,800円(税別)**

＼弾力のある肌を取り戻す／
コラーゲンピール(ホームケアクリーム付き)
全顔(1回)18,000円(税別)→
初回お試し **14,800円(税別)**

＼リフトアップに効果がある／
スマートリフト(ハイフ)
全顔150,000円(税別)→
99,800円(税別)

美容皮膚科・美容外科・脱毛 81clinic
〈エイティワン クリニック〉
吹田市豊津町9-15
日興ビル9F
営／10時～19時　不定休
✆06-6170-7397
http://81clinic.com/
江坂駅9番出口直結で通いやすい!



＼加齢に打ち勝つ／

最上級美肌テクノロジー メタジェクト 10,000円(税別)

肌再生力を高めるために1秒間に最大2,700個の微空洞を一時的に形成。自然治癒力でコラーゲン・エラスチンを生成し、空洞から肌の奥までダイレクトに高濃度ヒアルロン酸を導入。マシンでは難しかった唇・目の際までの施術が可能に。「唇ぷっくり目の下のたるみがなくなった！」「頬が上にあがった」など顔印象までも変える若返りメニュー！

目元老化、ほうれい線が改善され、ハリのあるふっくら肌へ！

医療でもなくこれまでのエステとも違うエイジングケア“実年齢×0.8歳肌”を実現

結果にこだわるアンマンが満を持してスタートしたのが、“メタジェクト”。今までにないクリニックレベルの即効性を実現。同店で他フェイシャルメニューを受けていた方、施術を受けたスタッフ全員に「これが1番好き！」と言わしめるメニューだそう。メタの施術後、「会う人ごとに、可愛くなった！言われるんです」という驚きのクチコミも。本気で肌年齢を下げたい方、「自分の肌じゃないみたい」感動レベルの結果を体感して。

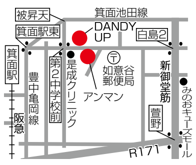
この時期オススメの“夏枯れリセットフェイシャル”。夏の紫外線で濃くなったシミ、夏枯れで肉落ちした肌を本来の姿に戻す。

特典 「シティライフを見た」で
- 最上級美肌テクノロジーメタジェクト…………10,000円
- 悩み特化型・光フェイシャル（シミ・ニキビ跡・しわ・たるみ etc）………………3,000円
- 小顔リフトアップフェイシャル（顔全体のリフティングケアで“上がる”が続く）…3,000円
- 夏枯れ速攻リセットフェイシャル（小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル）……………………………8,000円

※税別価格（10月末まで、要予約、新規の方のみ）

トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制　無休　Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660



＼頬だれに打ち勝つ／

エンダモフェイス ※ヒト幹細胞パック付60分 体験4,200円(税別)

40・50代に人気で、脱二重あご・劇的リフトUPできると話題のフランス製最新エンダ！小顔効果だけでなく目じりのしわもしっかりケア。また自然な心地よい刺激を与えることで肌本来の美しさも目覚めさせる。ヒアルロン酸・コラーゲン・エラスチンの生成を促進し極上美肌に早変わり！注目のメニュー、まずは体験してみて。

25万人が絶賛・創業41年の本格ケア段違いの結果で若返り美肌に早変わり

季節の変わり目で気になる乾燥肌も触れたくなるような潤ツヤ美肌に。結果重視の高技術で定評の創業41年、老舗サロン「エスコス」にどんなお悩み肌もお任せを。しみ・しわ・たるみのすべての悩みも徹底改善！基本の洗顔および3種のディープクレンジングで毛穴奥の古い角質を除去。プロの極上手技で頬も引き締まり、仕上がりはハリのある潤い美肌に。

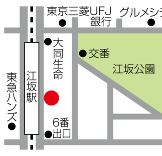
2.注目の新メニュー「エンダモフェイス」効果の即効性&キープ力に感激！ついに予約開始。
3.最新エンダモロジー：【アライアンス】全店導入！もむ・ほぐすをお客様の脂肪の状態に合わせ徹底的に刺激。美肌効果も◎！

特典 「シティライフを見た」で
- フェイシャルケア………45分2,000円／体験2回3,600円
- エンダモフェイス…………通常17,000円 → 体験4,200円
- フェイシャルケアPLUS…80分3,500円／体験2回6,000円
- エンダモボディ…………30分5,000円／体験3回9,000円
- 上半身or下半身集中ダイエット………………90分3,800円

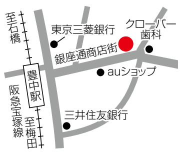
※価格は税別表記（2019年10月31日まで）

素肌のクリニック ESCOS〈エスコス〉

10時半～21時（店舗・曜日により異なる）
完全予約制　http://www.escos.co.jp
火曜定休
江坂店 06-6369-1880
御堂筋線江坂駅
⑥出口スグ 第2梓ビル6F
梅田本店 06-6316-1500
HEPナビオ前のビル
大阪市北区小松原町3-3 OSビル14F



豊中店
06-6858-5511
阪急豊中駅南出口
徒歩1分 チェリオビル4F
他、心斎橋店・なんば店・高槻店・塚口店・西宮北口店・奈良橿原店・学園前店



＼目元のたるみに打ち勝つ／

目の下のたるみ解消コース 60分 2,000円

同店オリジナルのBRBトリートメントで目の下にたまった脂肪を撃退。今まで注射でしか届けられなかったコラーゲン・ヒアルロン酸を独自システムで深層にまで届け、肌質を改善。しわ・しみ・たるみを徹底ケア！

気になる「目の下のふくらみ」40歳～70歳の悩みならお任せ

いつの間にかできている目の下のふくらみは、それだけで老け見えの原因に。同サロンの人気メニュー「目の下のたるみコース」なら、オリジナルの「BRB トリートメント」で表情筋の動きを促し、目の下にたまった脂肪にダイレクトにアプローチ。新機種導入でさらに効果UP！最短で美しい輪郭を作り出してくれる。まずは電話予約を。

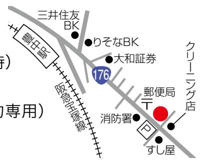
この道15年以上のベテラン加藤さん。「今まで受けたことないほど気持ちいい！」とマッサージ通も唸る技術力。

特典
「シティライフを見た」で
- 目の下のたるみ解消コース………トライアル2,000円
- 改善アンチエイジングコース……………初回3,580円

（10月末まで・初回限定）

プルメリア

豊中市岡上の町4-1-7
パヴィヨン602
営／9時半～18時（最終受付17時）
不定休
070-5340-5168（予約専用）
06-6849-8786
http://plumeriasalon.com



＼季節の変化に打ち勝つ／

スタンダードコース 2,000円(税別)

秋は肌トラブルの季節。この時期はとくにお肌のかさつきやごわつきなどが表面化。スタンダードコースは、肌の汚れを落とし充分な潤いを与えてくれる。肌本来の美しさを取り戻して。

濃密でていねいな贅沢時間 50分で叶える感動肌

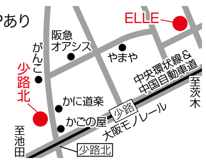
深田恭子さんのCMでもおなじみ、良心的な価格で充実のメニューが受けられると評判の同サロン。11のステップと熟練のプロの施術で肌本来の美しさを引き出してくれる。デコルテまでケアしてくれるのもこの時期にはうれしいポイント。夏のダメージを持ちこさないために早めのケアがオススメ。

特典 「シティライフを見た」で
スタンダードコース50分（イルネージュ使用）6,000円+ハーブピーリング1,000円…通常ビジター価格7,000円→初回お試し2,000円 ※すべて税別（10月末まで・完全予約制）

1.保湿効果も高く、肌本来の美しさへ。 2.デコルテから顔全体を美肌マッサージ。 3.ゆったりリラックスできる店内で心もリフレッシュ。

メナードフェイシャルサロン

少路北店
豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
06-6868-9466
（担当：大喜多）
緑丘店
豊中市緑丘1-28-8 Pあり
06-6854-8638
（担当：中島）



営／9時~19時　不定休（時間外要相談）

【三宮　フォーシーズンズ美容皮膚科クリニック】

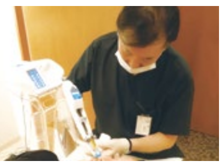
肌再生【幹細胞治療・PRP皮膚再生療法】の根本治療で持続力のある美しい肌づくりを実現

フォーシーズンズ美容皮膚科クリニック
再生医療 医師 山口 修司

自分が本来持っている再生力を生かす「PRP皮膚再生療法」。1クール3回が定着のためにはおすすめです。

オールマイティーに肌トラブルを改善

当クリニックでは、加齢による肌の老化に一時的な治療ではなく、画期的な根本治療を行っています。そのひとつが「PRP皮膚再生療法」です。これは高濃度のピュアな自己血小板を水光注射で顔全体にムラなく再注入することで、顔全体のハリ、引き締め、リフトアップを実現し、自然なエイジング結果を出します。若き頃の元気な活性力を皮膚細胞に働きかける事によって、シワやたるみ、毛穴、くぼみなどにオールマイティーに効果があるので、肌全体のベースアップを希望される方におすすめの方法です。


これまで5本だった針が9本になり、効果が高くなった水光注射「ベラヴィータ」を採用。

肌年齢を若返らすなら幹細胞治療がおすすめ

もう一つのおすすめが「肌再生・幹細胞治療」です。これは肌が老化へと進む「時計の針を止めること」ではなく、「針を何年も少し戻して、その進みを遅らせること」と考えています。

肌年齢の若返りの為に先進医療による、自身の元気な線維芽細胞を培養し、何万倍に増殖させて再注入します。これにより、線維芽細胞を現在の自身の細胞に定着させ、細胞分裂を起こして、日に日にお肌の若返りを実現する方法です。

当クリニックは、兵庫県で唯一の厚労省再生医療第二種、第三種の認可を受けています。本来の美しさを取り戻す再生療法であの頃の肌を目指しましょう。

＼数年後も今より若く／

PRP皮膚再生療法 全顔(1回)130,000円～(税別)

＼マイナス20歳以上若返り／

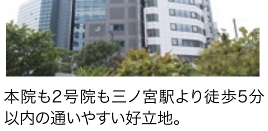
肌再生医療「幹細胞治療」
初診料+血液検査料 15,000円
幹細胞培養料金 250,000円～
細胞移植料金 115,000円～(全て税別)

※料金は個人差により異なります。まずはカウンセリングでお話をお伺いさせていただきます。

特典
「シティライフを見た」と予約の方は
成長因子マスクパック
1回8,000円(税別)を
…無料サービス(10月末まで)

フォーシーズンズ美容皮膚科クリニック

【本院】神戸市中央区加納町6-6-1
金沢三宮ビル8F
【2号院】
神戸市中央区北長狭通1-20-13
北野坂壱番館7F
受付／10時～20時（土日祝も受付）
無料カウンセリングはこちらまで
0120-378-887
https://four-seasons.jp


本院も2号院も三ノ宮駅より徒歩5分以内の通いやすい好立地。

a woman in elegance

キレイな人はやっている!

美を極めるSALON

1

2

1.医療機関とも提携しており、高品質のメディカルエステを提供。
2.2ヵ月で-10kg、体脂肪率-8%を実現。

効果絶大4大施術

①【特殊超音波で溶かし出し】
特殊な超音波で脂肪細胞を振動させて体内から流し出す。

②【ラジオ波で徹底燃焼】
ラジオ波で奥深くの脂肪を振動。代謝が活発に。

③【吸引&EMS】
脂肪を吸引しながら、微弱電流で引き締めるため、リバウンドが少ない。

【マシーン後の水分吸収】
体内の毒素を全国トップレベルの技で流し出す。

口コミで人気の実力派サロン あの頃のサイズをもう一度

ダイエットコンテストで1位に輝いた同店が、創業37年目の新メニューとして編み出したのが「痩身モンスター」。同時に3つの施術を受けられるマシーンと、定期的な社内コンテストにより磨き上げられた手技によるオールハンドの施術で骨盤矯正をしながら、下腹部とお尻に付いたしつこいお肉を効果的に燃焼することができる。喜びの声が絶えない実力派サロンで若返ろう!

Menu
- ゲルマニウムベッド(90分)……………初回2,980円
- 毛穴すっきりクリーンコース(60分)……初回4,400円

その他メニューはHPで!!

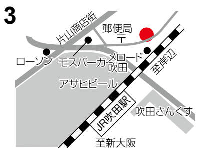
特典 「シティライフを見た」で
- 痩身モンスター(70分)……………………5,000円

(初回の方のみ、10月末まで)

医療機関提携サロン ファニービー

http://www.funny-bee.jp/
ゲストの喜びの声はHPに掲載!

■吹田店 ✆06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23
グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営／月曜～金曜11時～20時
　　土曜・祝日10時～18時
日曜定休　Pあり



■高槻店 ✆072-672-5520
■茨木本店 ✆072-645-1107

1

2

1.3種の実力派マシンと手技によるボディメイクは圧巻。
2.「学生の頃からなかった太ももの隙間ができた!」など喜びの声多数!

浮腫んだムチ脚→太ももに隙間が生まれます

1回でも効果を感じられると人気の、"基礎代謝メラメラアップ・美脚足長コース"。足首～太もも・ヒップまで、脂肪溶解熱を深部まで加えるので、基礎代謝がぐんぐんアップします! 寝ているだけでスラッと美脚を手に入れることができますよ。　スタッフ　米田さん

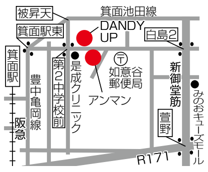
加齢に負けない"痩せる身体" ハリ艶のあるメリハリボディへ

痩せやすいボディの鍵は基礎代謝アップにあり。アンマンはまず身体の代謝をアップさせ、個々の肉質に合わせた脂肪クラッシュ溶解で、浮腫みや体の奥のセル脂肪を排出!「食事制限していても何故か太る……」、無限ループから脱却。気になる箇所を集中施術してくれるので、理想のメリハリボディも夢じゃない!

トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制　無休　Pあり
✆072-722-2411

ダンディアップ
✆072-725-3660



特典
「シティライフを見た」で
- 基礎代謝メラメラアップ・美脚足長コース…………3,000円
- 攻め痩せお腹コース ………………………………3,000円
- 背中美シルエットコース …………………………3,000円
- ダンディアップ無痛ひげ脱毛、おなか痩せ ………各5,000円

(10月末まで、要予約、新規の方のみ、全て税別価格)

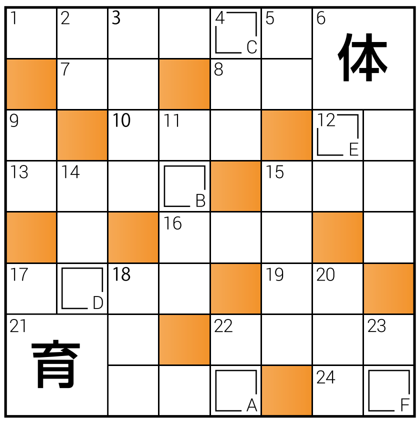
CROSS WORD

応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日〆切)

応募先／FAX:06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●9月号の答え ボウサイノヒ

漢字入りノーマルクロス



誰もが楽しめるノーマルクロス。解答欄にある漢字は、問題を解くときのヒントになるでしょう。マスをかなで全部埋めて、二重枠の文字をアルファベット順に並べてできる言葉は何でしょうか。(作・あさみ順子)

タテのキー
2 アポロ計画が目指した天体
3 警察官が乗っている
4 土と砂。○○○崩れ
5 バフン、エゾバフン、ムラサキなど
6 胴体に関わる筋肉を鍛える○○○○トレーニング
6 柔道の技の一つ
9 ○○の因果が子に報う
11 赤でもみんなで渡れば怖くない、とビートたけし
14 国民の三大義務の一つ
15 江戸時代の「小学校」
17 働く親が子を預ける○○○園
18 現在は小池百合子氏
20 栃木県にある焼き物の町
22 ⇔凸
23 自分のきょうだいの息子

ヨコのキー
1 複数人が身も心も一つになって行動
7 1000倍。○○リットル、○○グラム
8 もう立ち直れない。もとは相撲用語
10 御者が運転する乗り物
12 面食いはこれの善しあしで人を選ぶ
13 ジュ～～ッとつけるマーク
15 キャンプ場で張るもの
16 東宝映画に登場する架空の大怪獣
17 山梨の郷土料理
19 三味線やバイオリンの弦を支えるもの
21 氏より…
21 カンガルーの赤ちゃんはこの中で育つ
22 日本海流は黒潮、千島海流は
24 思案の外で、くせ者で、上下の差別がない

【解答】

A	B	C	D	E	F

安心・安全・美肌 ハイパースキン脱毛

子ども脱毛～メディアで話題の介護脱毛まで 一人ひとりに寄り添う脱毛サロン

当サロンのハイパースキン脱毛は1回で効果を実感できます。お子様の脱毛実績も多く、最近では将来に備えVIO脱毛や顔脱毛などされるゲストも増えてきております。白髪脱毛にも対応、無理な勧誘・販売なども一切ありませんので、安心してご来店ください。

＼先着5名様限定／

顔&全身12回脱毛コース(VIO別)
50%OFF 300,000円

Aコース
ひざ下(ひざ含む)、ひじ下、ワキ、鼻下 各12回コース
160,000円

※シティライフを見たとご予約で、料金は税別価格

施術メニュー

ワキ	4回	8,800円
鼻下	4回	8,800円
Vライン	4回	11,000円
顔	4回	22,000円
ひじ下	4回	22,000円
ひざ下	4回	26,400円

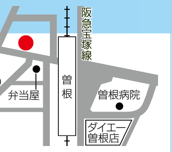
※4回コースは1年間回数保証
※料金は税別価格
※勧誘もなく明記料金以外一切不要
※色々お得な12回コースもございます

落ち着くプライベート空間で1人のスタッフが担当。個室での施術でセキュリティ面も安心。

脱毛専門 BBB豊中店
[要予約] 06-6858-0817

驚きのビフォーアフターはこちらから　ホームページ　インスタ

営業時間/10:00～19:00　定休日/毎週火曜、第2・第4水曜　阪急「曽根」駅改札でて左へ30秒



いま! シティライフをご覧のみなさま!

しわ・たるみを速攻ケア! 930円 税込から 実感できます

江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科 院長 小野眞

人気NO.1

若返り注射 ヒアルロン酸 or ボトックス

4箇所から選べる

初回 各930円 税込 1箇所あたり

人気NO.2

レーザータイトニング

初回 2,890円 税込 1回

東京中央美容外科の しわ・たるみ治療の 5大特長

効果を実感
気になる部分のお肌の内部に直接注入するので効果を実感いただきやすいことが特長です。

効果が長期的に持続
注入して1年ほどかけて吸収していくので、長期的な効果と自然な若返りが期待出来ます。

ダウンタイムが少ない
ダウンタイムがほぼなく、治療後すぐに洗顔やメイクも可能!次の日から普段通りの生活が出来ます!

美肌効果を発揮
特殊な光が肌深部まで届きコラーゲン生成を促進!リフトアップとともに美肌効果を発揮します!

ほとんど痛みがない
最新機器を使用するため、痛みをほとんど感じない治療が可能です!

肌に悩む多くの女性が選んだクリニック!
東京中央美容外科がお客様に約束する 3つの安心

安心1 経験豊富な先生が多数在籍しているから安心
安心2 低価格で高品質な治療をご提供、無理な勧誘もないから安心
安心3 治療後も充実のサポートが整っているから安心

TCB 江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科

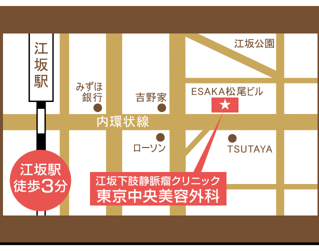
ご予約の際には「シティライフ見た」とお伝えください

0120-852-825

WEB予約 24時間受付中!

医療ローン制度あり
会員制ポイントカードあり
駐車場料金サービスあり

〒564-0063 大阪府吹田市江坂町1丁目21-17 ESAKA松尾ビル3F 【診療時間】10:00～19:00/不定休
※当院には専用駐車場がございません。お車でお越しの場合は、周辺のコインパーキングをご利用ください。
※自由診療となります。※表示されている価格は予告なく終了する場合がございます。※効果には個人差がございます。

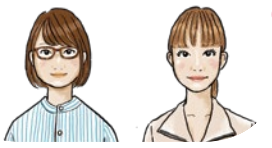


全国で準グランプリの技術力

「アンジュ」に体験取材！

　この10月に20周年を迎えるアンジュは株式会社アヴァンシアが運営するエステサロン。同社はオリジナルブランドの化粧品の製造販売も手掛け、「エクラビオ　エレキミスト」は雑誌などでも紹介される代表的な商品。そんな同社が運営するアンジュは、使用する化粧品の質の良さはもちろん、エステティックグランプリで**顧客満足度1位、フェイシャル技術部門準グランプリ**に輝く実力店。

　今回はそんなアンジュの20年間を支えてきた看板メニュー「**リンパドレナージュ**」と新メニュー「**ノンストレスフェイシャル**」を編集部が体験！



体験者
イラストレーター
浅田 めぐむ

エステティシャン
豊澤 まさみ

取材当日はこんな感じでした！

ノンストレスフェイシャルを体験

現代社会を生きる女性の味方

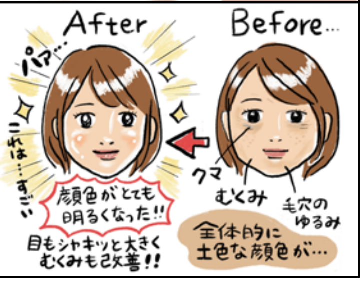
自律神経の乱れなどの肌トラブルを改善

年齢を重ねた肌にハリ・ツヤが甦る

アヴァンシア開発「REJE BIO」の炭酸作用とヒト幹細胞培養液の相乗効果で巡りを高め、肌の隅々までアプローチ。

「顔が小さくなった」と言われました!

　子どもの頃から色黒で、大人になっても美白は縁のないもの…と心の中でいつも思っていました。でも今回この施術を受けてみてビックリ！肌はもちもちのすべすべぷるぷる、顔色は明るくなっていました。帰宅後、施術を受けた事を知らない周りの人から「あれ？顔痩せた？」と言われ、またまたビックリ！リラックス効果も実感出来たので、疲れが溜まったら、ぜひ施術を受けたいです。



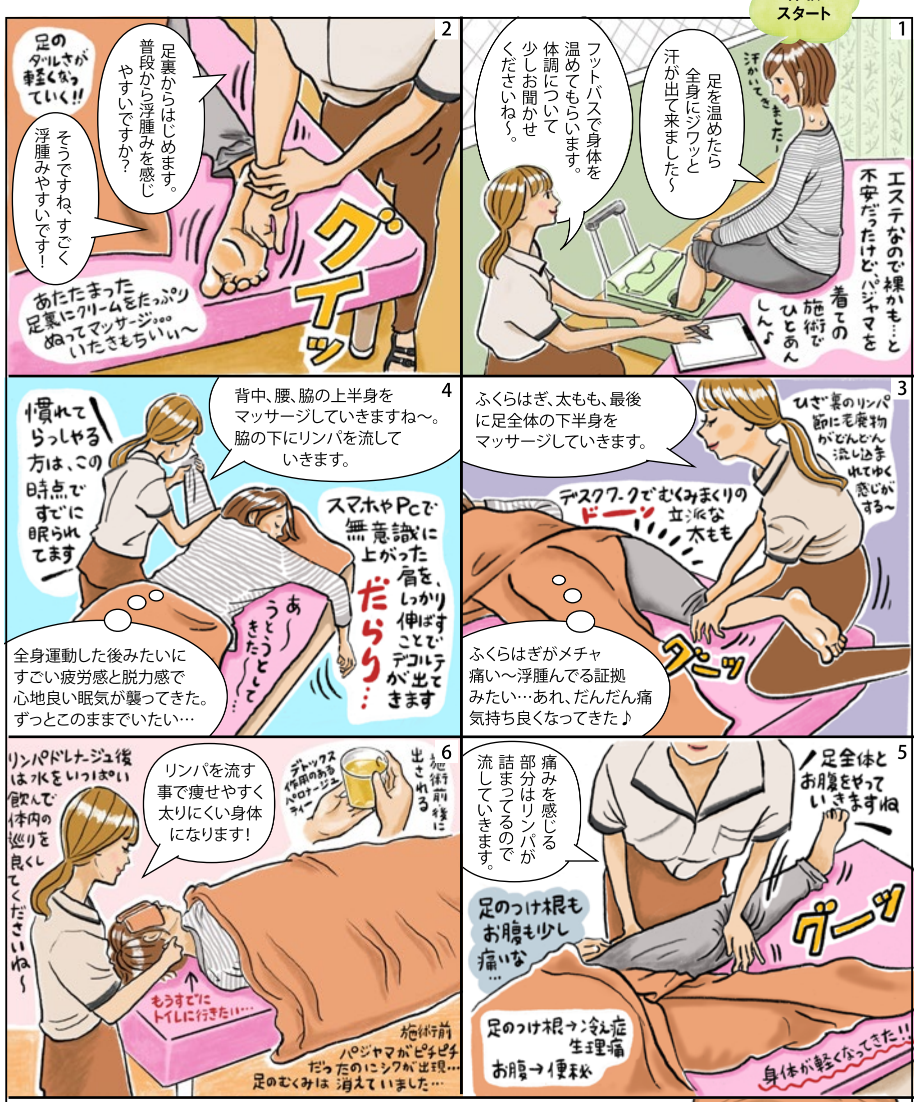
リンパドレナージュを体験

とりこになる人続出

施術後のスッキリさに虜になる人続出

5万人以上が体験した看板メニュー

長年ゲストに愛され続ける同店の最強メニュー。肩こり、冷え性、便秘など全身の不調の改善と、代謝が上がり痩せやすい体質に。



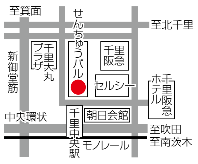
久しぶりに足首をみつけました

　職業柄、椅子に座っている事が多く、3年生双子の育児と家事に忙しく、運動する時間もなかなかとれない毎日。身体はいつもむくんでいて、重たく感じていました。今回リンパドレナージュを受けて、施術の途中からむくみが取れていく事が目視でわかりましたし、太ももの外側に出ていたむくみが指でつまめなくなっていました。これには驚き！次は同じむくみで悩んでいるママ友と一緒に受けたいです。

Relaxing Beauty A・n・g・e〈アンジュ〉

Ange 千里山店
吹田市千里山西1-40-13
千里山駅前ビル2F
営／平日10時～19時
土曜～20時　日曜～18時
定休日：日・月（第2・4日曜営業）
0120-645-010

Ange 千里中央パル店
豊中市新千里東町1-3
せんちゅうパル専門店街4F
営／平日10時～21時
土曜～20時　日曜～18時
定休日：月曜（第3日・月 連休）
0120-424-010



http://avancia.co.jp/salon/

20周年キャンペーン

特典

- リンパドレナージュ60分 8,000円→4,000円
- ノンストレスフェイシャル90分15,000円→4,800円
- ニードルレスインジェクター60分 20,000円→9,800円

ブライダルメニュー

期間やドレスによってコースメニューがございます。スタッフまでお気軽にご相談下さいませ。
体験 4,800円

「シティライフを見た」でメニュー体験でエレキミスト（150mℓ、2,000円相当）1本プレゼント（1回限り）
また、次回来店時に20分オプションメニュープレゼント（ハンドマッサージ、ヘッドマッサージ、フットマッサージ）から選べます。
（12月末まで）※価格は全て税別

エレキミスト

ブライダル

人生で一回きりのウエディングドレス。ドレスが映える白肌で写真に納まりたい花嫁の願望を叶え続けてきた人気メニュー。挙式前の試着でお肉がのっていても、同店に通えばデコルテや二の腕がスッキリし、ドレスのサイズ2サイズダウンも夢じゃない。20周年記念は特別価格で結婚式に向けての準備ができる。

体験リポートをwebで公開中

ニードルレスインジェクター

北摂初の針を刺さないエアー注射が今アツい！美容の最先端技術「ヒト幹細胞培養液」を風速マッハ1.17で皮膚の奥深くまで打ち込むので、効果で現れ、持ちが全然違う。顔の細かい歪みも整えることのできる体験レポートはwebで公開中！

http://citylife-new.com/newspost/1915/

Q 美容室でカラーをしてもらう時、髪の毛はどんな状態で行ったらいいですか?

A 普通のカラーをする場合は、当日にシャンプーすると頭皮を保護する皮脂が落ち、敏感肌の方はしみやすいかもしれません。シャンプーは前日またはそれ以前がオススメです。刺激のないカラーの場合は当日にシャンプーしても大丈夫です。

(スタイリスト Iさん)

Q ゲストに着て来て欲しくない服はありますか?

A パーカーや襟のある服は着て来ていただくと少し困ります。施術に必要不可欠なタオルを掛ける幅が取りにくくなるからです。服が汚れてしまったり、切った髪が服の中に入る可能性があるので気をつけてください。

(スタイリスト Hさん)

Q 髪を乾かすときのダメージが気になります。タオルドライはどれくらいするべきですか?

A タオルドライとドライヤーの割合は7対3くらいが丁度いいです。一番ダメージを与えるのは濡れたまま放置しておくことです。雑菌がわき、痛みの原因になります。ロングスタイルの方は大変かもしれませんが、日々の積み重ねが美髪への近道です。

(スタイリスト Kさん)

HAIR-CARE MENU AUTUMN

秋のメンテナンスメニュー

夏で傷んだ髪は、1日でも早くケアしないと回復が遅くなってしまう…
そんなときのメンテナンスの秘訣や、
「ヘアサロンの実は…」をプロのスタイリストに教えてもらいました!

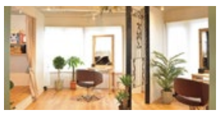
徹底した技術で美しい「健康髪」へ 髪の悩みに応える最先端美容

オーナーの井本さんが1対1で施術するプライベートサロン。若々しく上品にデザインする高度なドライカット技術にファンも多い。「頭皮と髪の健康」の考えから、自律神経調整やリフトアップ効果を期待できるヘッドマッサージもメニューにそろえる。髪の毛と頭皮を健康的、且つ白髪も美しく染められる「Aランク天然ヘナ」や「ザクロペインター」がオススメ。

AUTUMN HAIR-CARE MENU

[輝髪ザクロペインター]

ザクロ美容の効果で染めるたびに髪質と地肌を健康にするザクロペインター。ノンジアミン・過酸化水素水不使用でしみない、かぶれない、傷まない新世代の白髪染め。さらにハリ・コシ・ツヤUPで髪と頭皮を元気にしてくれる。

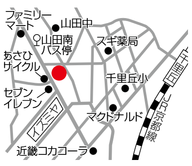


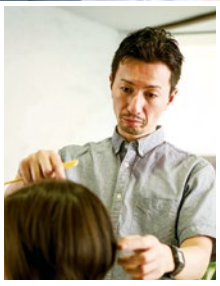
(上)自然な美しさに仕上げてくれると好評。(左)オーナーの井本さん。高い技術はもちろん、居心地の良い空間を提供してくれる。

特 典

「シティライフを見た」で、
- 化学染料不使用Aランク天然ヘナ(ヘッドマッサージ付)
  1回染め+カット…15,120円→**10,800円**
  2回染め+カット…18,360円→**12,960円**
- 輝髪ザクロペインター(ヘッドマッサージ付)…8,640円→**7,560円**
- 輝髪ザクロペインター(ヘッドマッサージ付)+カット
  …12,960円→**10,800円** (12月末まで)

抗酸化専門美容室
SANTE for hair
〈サンテ〉
吹田市山田市場8-1
セントラルビル2階
営/10時～最終受付19時
毎週月曜・第3火曜定休
☎06-7165-3878
http://sante-hair.com





(上)絶妙なグラデーションカットで、全体のバランスを細かく調整。どこから見られても美しいシルエットになっている。
(左)オーナーの高い技術力は口コミでも広がり、遠方からのゲストも多い。

特殊カットが叶える美しい髪型 自宅でのスタイリングが簡単に

髪の毛を傷ませない特殊なカット技法で、美しい髪をキープできるのがSUCRE。全体を細かく丁寧に調整するので収まりの良い美しいシルエットになり、自宅でのスタイリングも簡単に。オーナーの高い技術力に惚れ込んで遠方から来店するゲストも。理想の髪型を美しくキープしよう。

AUTUMN HAIR-CARE MENU

[トリートメント]

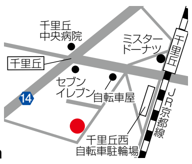
特殊技巧で出来上がったシルエットを長くキープして欲しいと始まったトリートメントサービス。ツヤとまとまりを長くキープできると好評。秋のケアにはもってこい。

特 典

「シティライフを見た」で
- カット……………………… 3,900円→**3,400円**
- カット+カラー ……………… 8,700円→**7,000円**
- カット+パーマ ……………… 8,700円→**7,000円**

その他単品**全メニュー10%OFF**
さらに**トリートメントサービス**
※長さの変動なし(新規の方、10月末まで)

SUCRE 〈シュクレ〉
摂津市千里丘2-10-3 1F
営/平日10時～20時
(日祝～19時)
毎週月曜、第3火曜定休
☎06-6339-6623
http://sucre-hair.amebaownd.com



閑静な住宅地に佇む 静かなプライベートサロン

1人のスタイリストが完全予約制でやっているので、他のお客さんと出くわさずゆったり過ごせるのが魅力。クセや髪質・骨格などを見極めるカット技術に20年越しのリピーター多数。「お任せ」も期待以上の仕上がりに。白髪染めは低刺激なものなので、定期的に染める方におススメ!

(上)1日3名限定。最初から最後まで一人のスタイリストが全て担当してくれる。(左)髪と肌に優しいこだわりのヘアケアも充実

AUTUMN HAIR-CARE MENU

[ソフト縮毛矯正+カット+トリートメント]

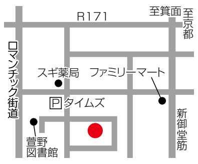
化粧品扱いの薬剤を使用したソフト縮毛矯正。髪に負担をかけずに、自然なストレートにできるのが特徴。夏の紫外線でダメージを受けた髪には、髪と肌に優しいトリートメントでしっかり潤いを。

特 典

「シティライフを見た」で下記は通常料金の
30～40%OFF(全て税別)
- カット+トリートメント………… **5,000円～**
- カラー+カット+トリートメント… **7,600円～**
- ソフト縮毛矯正+カット+トリートメント
  ……………………………**11,000円～**
- パーマ+カラー+カット+トリートメント
  ……………………………**12,000円～**(ストレート除く)

※メンズ可 ※全てシャンプー・ブロー付き
※～ロング料金あり
※新規1日3名限定(要予約・新規の方・10月末まで)hpネット予約時、要望欄に予約経路の明記を。「シティライフを見て」と明記で**髪質再生トリートメントにグレードアップ!**

STUDIO Gemini
〈スタジオ ジェミニ〉
箕面市船場西3-6-43-106
バリューコート壱番館1
受/10時～17時 完全予約制
月曜定休、10/21・22休み
※カード不可
駐車券提示サービスあり
※店前小型車限定1台可
☎072-728-1778



高い技術と丁寧な接客で 40代以上に支持される美容室

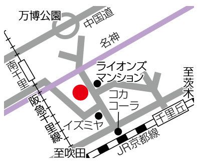
「キレイになってほしい」という想いと、それを可能にする高レベルの技術に定評がある。「グレイカラーをオシャレに楽しみたい」という方にもここなら明るめのカラーが提案可能。「トップのボリュームが出にくい」といった中高年特有の悩みにも幅広い提案力で悩みを解消。リーズナブルでありながら丁寧。これが人気の理由だ。

MENU
- リタッチカラー(シャンプー・ブロー込)………3,300円
- フルカラー(シャンプー・ブロー込) …………3,850円
- パーマ(シャンプー・ブロー込)………………3,850円
- 縮毛矯正…11,000円(超ロング+1,000円)※縮毛矯正のみ

特 典

「シティライフを見た」で(12月末まで、他券併用不可、新規のみ)
- カット(ブロー込) …………………2,700円→**2,400円**
- カット+パーマ+トリートメント………8,300円→**5,670円**

BEBOOLE
〈ビブール〉
吹田市山田南30-18
ディアコートミキ2F
営/9時半～19時
月曜定休 予約優先制
☎06-6318-6100



From CityLife

CityLife 読者モデル募集中

情報紙CityLifeでは、グルメ・美容・レジャーなど読者モデルとして実際に体験していただける方を募集しています。ご応募お待ちしております。

[応募方法] 下記URLかQRコードよりエントリーください。
https://goo.gl/WE7u31
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

とよなか 百景
まもり・つくり・そだて・いかす景観

「とよなか百景」の中から、冊子「水と緑がつながる とよなか散歩道」にある3コース沿いの二十景を巡り、スマートフォンでスタンプを集めるモバイルスタンプラリーです。

※スマートフォンをお持ちでない方も参加できます。
豊中の多彩な景観と、その魅力を感じてください。

◀詳しくは、リーフレットまたは
豊中市ホームページをご覧ください

とよなか百景モバイルスタンプラリー 検索

リーフレットの主な配布場所|豊中市役所都市計画課、中央公民館、千里公民館、蛍池公民館、庄内公民館、岡町図書館、野畑図書館、豊中市保健所など

同時開催!!
「#とよなか百景」フォト投稿キャンペーン
詳しくはこちらから

抽選でステキな記念品が当たる!

主催 豊中市 運営 株式会社ジェイコムウエスト 豊中・池田局(06-7174-5700)受付時間10:00～17:30 水曜定休

City Life WEST版

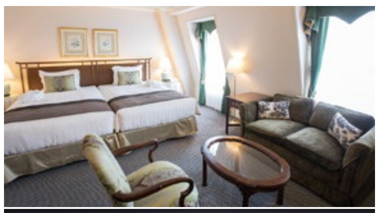
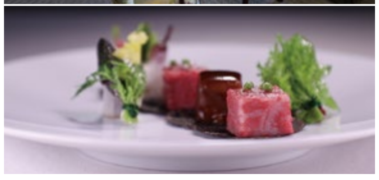
200号記念 特別Present

City Life WEST版は10月号で200号を迎えました。
日頃のご愛読に感謝して読者の皆さんにプレゼントを
ご用意しました。宿泊券やグルメ、グッズなど盛りだくさん。
たくさんのご応募をお待ちしています。

1 フレンチレストラン[アッシュ] ディナー&朝食付き宿泊プラン 招待券 ペア1組

提供:神戸北野ホテル

食事のひとときを豊かに演出するオーベルジュを提供する「神戸北野ホテル」。五感に訴えかける料理で驚きと感動を提供するフレンチレストラン「アッシュ」でのディナーと、色鮮やかなメニューが並ぶ「世界一の朝食」が楽しめる宿泊プランをプレゼント。神戸北野ホテルがプロデュースする「食べる感動」を体感してみよう。
※部屋タイプ:スタンダード ※利用は月～木曜限定
※除外日:12/23(月)～25(水)、12/30(火)～1/2(木)

2 朝食付き宿泊プラン 招待券 ペア1組

提供:神戸北野ホテル

日本では珍しい都市型オーベルジュ「神戸北野ホテル」。総支配人・総料理長 山口浩氏が手掛ける「世界一の朝食」が楽しめるペア宿泊券。英国調の意匠を凝らした優雅な空間で過ごした翌朝は、神戸北野ホテルでしか味わえない品々が並ぶ「世界一の朝食」を。本物を味わう歓びと贅沢な時間を楽しんで。
※部屋タイプ:スタンダード ※利用は月～木曜限定
※除外日:12/23(月)～25(水)、12/30(火)～1/2(木)

3 神戸ポートピアホテルお食事券 (1組10,000円分) ペア2組

提供:神戸ポートピアホテル

フランス料理や中国料理、日本料理のほか、鉄板焼やブッフェ、イタリアンバール、串あげなど、ホテル内全レストランで利用可能なお食事券(ランチ・ディナーで使用可)

4 三田屋本店箕面店・豊中店 お食事券 ペア2組

提供:三田屋 箕面店・豊中店

三田屋本店のお食事券(5,280円分/1人)をペア2組様に。とっておきのステーキと特製ハム……ゆったりとした空間で、贅沢な時間を過ごして。

5 懐石料理 御食事券(6,490円) (ランチ 11時半～14時半) ペア1組

提供:明治の森箕面 音羽山荘

素材を大切にした音羽山荘のお昼の懐石料理。自然あふれる箕面公園の景観とともにお愉しみを。※仕入状況により内容が変わる場合あり。期限:12/28(土)まで

6 人気!二代目ふぐ義コース (2人前・11,960円) ペア2組

提供:高槻活ふぐ料理専門店 二代目ふぐ義

創業25年を超える同店の人気コースをプレゼント。厳選した食材と熟練の技で多くの美食家を唸らせてきた絶品を愉しんで。

7 ルルド ハンドケアコードレス 1名

提供:東急ハンズ 江坂店

がんばる"手"にご褒美!15層のエアバッグで、手のひらはもちろん指の1本1本までマッサージ。手全体の血行を良くし、疲れを取り除く。

8 スタンド型ビールサーバー BEERO 1名

提供:東急ハンズ 江坂店

ビアホール気分を味わえるスタンドビールサーバー。超音波が1秒間に約4万回のパワーできめ細かいクリーミーな泡を生み出す。

9 スイパラ無料ペア招待券 ペア5組

提供:スイーツパラダイスファクトリー

スイーツ、パスタなどが食べ放題の基本バイキングにドリンクバーとハーゲンダッツ・イルジェラート食べ放題がついたおすすめバイキングの無料招待券!

10 北摂焙煎所 本店/café matin 1,000円商品券 10名

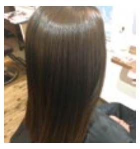
提供:北摂焙煎所 本店/café matin

コーヒー豆などの物販、店内飲食で使える商品券をプレゼント。本格的なコーヒーをお供に癒しのひと時を。(期限:2019年12月最終営業日まで)

11 極艶・髪質改善トリートメント (10,000円相当) 1名

提供:Play Hair Maif(マイフ)

"次世代トリートメント"と呼ばれる最先端メニュー。縮毛矯正並みのまっすぐストレートに!ダメージを受けた髪にもツヤとコシを取り戻す。



12 エアコンクリーニング(壁掛け一般タイプのみ) 1台分無料体験 2名

提供:おそうじ革命 茨木駅前店

1台あたり11,000(税込)のエアコンクリーニングを無料体験。エアコン内部を高圧洗浄し、カビやほこりを除去。花粉、PM2.5、アレルギー対策やエアコンの臭いが気になる方におすすめ。

13 ドクターリセラ 美肌再生トリートメント(12,960円分) 1名

提供:医療機関提携サロン ファニービー

肌のトラブルを根本から改善するため、ハリツヤが10年前になると人気のコース。頑張っている自分へのご褒美に。

14 ドクターズスーツケース (2,000円相当) 5名

提供:UKK スマイルキッズ

可愛いケースに入ったお医者さんごっこセット。みんな大好き憧れのお医者さんになれちゃいます!おままごとも盛り上がること間違いなし。お出かけにも便利!

15 ガンバ大阪 試合観戦ペアチケット 5組

提供:ガンバ大阪

11月23日(土祝)15時 明治安田生命 J1 リーグ第32節 ベガルタ仙台戦。
会場:パナソニックスタジアム吹田 席種:カテゴリー2

©GAMBA OSAKA

16 リンパドレナージュ (8,000円分) 各店1名

提供:アンジュ千里山
アンジュ千里中央パル

むくみ、便秘、冷え性など体の不調が改善されると多くのゲストに長年愛されるメニュー。今年の疲れは今年の内に排出しましょう。

17 天然アロマの 保湿ケアセット 5名

提供:Barca Fiore(バルカフィオーレ)

天然アロマたっぷりのボタニカルローションと無添加のハンドメイドソープをお試しサイズに。秋のうるおいボディケアに役立てよう。

18 有機ぬか床、有機野菜の ぬか床教室体験 2名

提供:昔ながらの無添加漬物店 ぬか太郎

有機無農薬のぬか床で漬けた漬物の販売が評判。人気のぬか床教室を2名の方に。開催:11/23(土)店舗にて。茨木市元町8-17(阪急茨木市駅スグ元町中央通り商店街)

19 うの花 御食事券 (5,000円分) 2組

提供:うの花

箕面の隠れ家的なお店「うの花」での御食事券を2組に。落ち着いた雰囲気の店内で、産地を厳選した旬の食材や調理法にこだわった創作料理を楽しんで。

20 プリザーブドフラワー BOXアレンジ 3名

提供:プリザーブドフラワーサロンStory

プリザーブドフラワーのBOXアレンジ(11cm×11cm×7.5cm)。蓋の部分は透明なのでそのまま飾れ、お部屋のインテリアとしてもプレゼントにも!

21 おまかせ宴会コース 充実の120分飲み放題付 ペア1組

提供:味幸房 みなみ

市場で直接仕入れた鮮魚のお造りやベシャメルソースから手作りの特製コロッケ、お寿司屋さんの茶碗蒸しなど、熟練の技を大人の宴会にどうぞ。

22 イタリアンバルのステーキと ペアドリンクセット 5組

提供:European Bar STAMM

和やかな雰囲気の中、お酒とともに旬の素材を使ったイタリアンを味わえるバル。10月よりメニューを一新。今回はステーキとドリンクペア分を5組の方に。(茨木市駅前3-6-2BOXFIVE2F)

23 味噌作り体験チケット (2,500円相当) 4名

提供:グリーンマーケット えさか店

手を汚さずに1時間程度で簡単に味噌作り体験ができる。体験で作った味噌は持ち帰りOK。開催は11月、12月の水・日を予定。開催日の詳細は06-6388-1700まで。

24 サプリ生活「美・すっぽんゼリー」 1箱(1包10g×30包) 5名

提供:サプリ生活(株式会社アンフィニプロジェクト)

滋養強壮・美容に良いと言われるすっぽんの栄養成分を、マンゴー風味のスティックゼリーに。コラーゲン、アミノ酸など手軽に摂取できる。

応募方法

アンケートに答えてプレゼントを当てよう。下記URLまたはQRコードよりご応募ください。
※応募はお一人様1回限りとさせていただきます。
※個人情報は弊社にて厳重に管理し、お問い合わせに対する回答、アンケート・コメントの情報集計、プレゼント商品の発送以外には使用いたしません。

http://citylife-new.com

応募締切 2019年10月20日(日)まで

※当選結果の発表は11月上旬までに商品の発送をもって代えさせていただきます。

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mom
キッズ＆マム

働くママたちに知ってほしい
自分らしい保育園選び

産休、育休を経て仕事に復帰する人も、新たに仕事を見つけて、保育園を探している人も、選択肢を増やしてみるとあなたにぴったりの園が見つかるかも。

Point
保育園選びのポイント

- 何を優先するのかを考える
- 共感できる教育方針がある
- 勤務時間に対応できる
- 距離（家から近い）

「何を優先するのか」を選択基準にして、探してみよう

昨今、認可保育園だけにこだわらず、多様化する利用者のニーズに応えてくれる認可外保育園を選ぶ人も増えている。その中のひとつである企業主導型保育園は、該当する企業に勤める保護者だけではなく、地域枠（定員の50%以内）があり、一般の人も利用することができる。メリットとしては、運営する企業が国から補助金を受けているため、認可保育園並みの保育料で入園でき、また比較的遅い時間まで開いているため、送迎時間にゆとりが持てることだ。

ほかにも保育園選びは、「何を優先するのか」を決めてから検討することが大切。カリキュラムが充実していたり、英語がしっかり学べたり、と特色のある園が増えているので、子どもへのメリットも考えて選びたいものだ。

見学時にCheckしたいところ

- □ どういったカリキュラムがあるか
- □ 先生や子どもたちの雰囲気（楽しそうetc）
- □ 優先したい事項に見合った内容になっているか

保育園のタイプは大きく4種類に分かれます

認可外保育園

民間企業が運営しているため、サービスが充実。たとえば音楽、英語、書道、体育などカリキュラムや習い事が豊富なので、平日に通わせられない働くママにはうれしいかぎり。延長保育も長めの設定になっているところも。

良いところ
- ●自治体への申請が不要
- ●習い事が保育園で完結
- ●延長保育が充実

認可保育園（保育所）

国が定めた設置基準（施設の広さ、保育士等の職員数、給食設備、防災管理、衛生管理等）をすべてクリアして、都道府県知事に認可された施設。保育の必要性の認定を受けるための支給認定申請書が必要で、支給認定を受けなければ認可保育園を利用することはできない。

良いところ
- ●ゆったりとした広さや保育士の数も充実
- ●給食がある

認定こども園

認定こども園とは、教育・保育を一体的に行う施設で、いわば幼稚園と保育所の両方の良さを併せ持っている施設。内閣府の管轄で、幼保連携型、幼稚園型、保育所型、地方裁量型があり、工作や音楽、運動など幼稚園のカリキュラムが受けられるのもメリット。

良いところ
- ●教育的な面が充実
- ●給食が出るところが多い

企業主導型保育園

企業が、自社の従業員の働き方に応じて、多様で柔軟な保育サービスを提供することができる保育園。地域枠により、一般の人も利用可能。保育時間や延長保育の融通が利きやすい。最近ではカリキュラムも豊富なところが増えてきている。

良いところ
- ●国から運営費の補助を受けているので、保育料が認可並み。

企業主導型保育園・認可外保育園

異年齢混合自由保育と豊富なカリキュラムでたくさんの学びを“人間力”を育む保育園

子どもたちのキラキラ笑顔が溢れている。

運動会や生活発表会も、難易度の高いものに挑戦する過程を大切にしていて、心と体が成長する機会に。

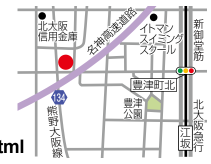
“知育・徳育・体育の三育法を基にバランスの取れた人材育成”を理念に、平成21年に開園し今年で10周年を迎える認可外保育所の服部緑地園と、今年4月にオープンしたばかりの企業主導型保育所の江坂園。縦割りの異年齢保育を実施しており、思いやりの気持ちや責任感など社会適応能力の基礎が身につく。音楽・英語・体育・陶芸・制作・書道などの多様なカリキュラムで子どもの可能性を引き上げ、遊びの中からたくさんのことを学べる環境だ。「主体的に時代を生き抜く力、“人間力”を身につけて欲しい」という亀田代表の想いが、日々の保育に浸透しているのが特徴。園内には活発な子ども達の笑顔で溢れ、「保育園大好き!」な気持ちが伝わってくる。季節ごとのイベントも豊富で魅力あふれる保育園だ。12月より令和2年（2020年）度生の募集を開始。11月30日に説明会が開催されるので気になる方はお申込みを!

①今年4月にオープンしたばかりの江坂園。広々としてキレイな園内。
②豊富なカリキュラムで毎日が発見の連続!
③お外遊びも全力で!

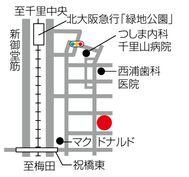
入園要項
対象年齢：6ヵ月～6歳
保　育　日：月曜～土曜日（日・祝日休園）
保育時間：【江坂園】7時～20時
【服部緑地園】月～金：7時半～18時、延長19時まで
土曜：8時～17時、延長18時まで

令和2年（2020年）度生・募集説明会
11月30日（土）午前 開催
※要予約・詳しくはお問い合わせを。

【企業主導型保育所】
ちびっこランド江坂園
吹田市江坂町2丁目17-19
☎06-7177-8696
http://chibikko-iskar.jp/index.html



【認可外保育所】
ちびっこランド服部緑地園
吹田市江坂町5-9-6
☎06-6388-4156



企業主導型保育園　英語の保育園

今なら0歳～5歳児受付中　求職中のママを応援する英語保育園

2019年4月に開園した企業主導型保育園。認可保育園並みの料金で、高水準なサービスが受けられる。午前中はネイティブの先生と一緒に、動物・魚・お仕事…など月ごとのテーマに添った英語のアクティビティを実施。歌やダンスで身体を使って楽しく英語を身に付けていく。日本人保育士もサポートしてくれるので、初めてのお子さんも安心だ。7時～最大22時まで預かってもらえ(延長料金有)、自園自調の給食（別途料金）やバスの送迎など働くママをしっかりサポート。体験は随時受付中なので、詳しくは電話で問い合わせを。

Halloween Party2019
10月26日（土）
10時～12時
参加費:親子1組2,000円（ランチ込み）
※お子さん一人につき追加500円
※詳しくはお問合せを

ハロウィンパーティはクラフト、ゲーム、歌やダンスなど。最後はみんなで一緒にランチ!

GE西泉丘保育園
豊中市西泉丘2-2392-1
メルヴェイユ泉1F
☎050-3749-3312
インスタグラム@global _english_nishiizumigaoka

“子育てママ応援”特別企画
求職期間中（最大90日）お子さんを無料でお預かり。さらに、預かり期間中に仕事が決まった場合、2020年3月31日まで無料預かりを延長!
保育期間:2020年3月31日（火）まで
時間:9時～16時（平日のみ）
対象年齢:1・2歳児限定
※3ヵ月以内に就労証明書の提出が必要
※その他諸条件あり。詳細はお問合せを
※受付は先着順。

認可外保育園　イングリッシュスクール

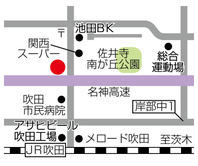
「英語だけでなく、ここまでしてくれるなんて」英語以外も充実で習い事いらずの児童園

日本文化も楽しめる、季節のイベントも充実。

「小学校受験の塾に行ったら、きちんとご挨拶ができると先生に褒められました」と保護者も驚く程ほど、挨拶・お礼など人としての教養がしっかり身につく同園。一人ひとりをちゃんと見てくれ、親子で“クローバー大好き”になる魅力満載だ。ネイティブの先生との毎日の会話で真の英語力が自然と身につき、英検Jrのゴールド取得者多数。リトミック・体育・食育・書道・ピアノ…など習い事がここで全てすませられる。まずは園の様子を体験してほしい。

【開園】
月～土　7時半～19時
（第3土曜日休園日）
特　典:
「シティライフを見た」と予約で
●1日体験教室が無料
（10月末まで）

EnglishSchoolイマジンJAPAN
CLOVER児童園
〈クローバー〉
吹田市上山手町21-28
メゾンティノ2F
☎06-6368-3412
http://www.suita-clover.jp



≪保護者の声≫
英語の保育園はハードルが高いかなと思ったんですが、娘も私も園長先生が大好きになってここに決めました。育児のことで泣きながら相談したら、先生も一緒になって親身に聞いてくれます。娘はここでピアノと書きかたを習っているんですが、ピアノがある水曜日を楽しみに登園してます。送り迎えの手間も省けて助かってます（吹田市・Hさん）

編集後記

9月9日に千葉県を襲った台風15号は、日を追うごとに被害の大きさがわかり、17日の時点で住宅被害は2万戸、停電は67,000戸にまで及んでいます。千葉市長が訴えた「自粛は遠慮して」は、取材した東日本大震災の被災者の言葉を思い出しました。前向きなカタチで協力できることがないか考え、取り組んでいきたいと思います。（コサオ）

2019年夏も子ども達と何度もプールに行きました。紫外線にさらされ、肌は悲鳴をあげていることでしょう。このまま放置するとどんどん老け込んでいくことが十分に予測されるので、P.2～フェイシャル特集をチェックしてそろそろプロの力をお借りしなくては……!（さいと）

姉に子どもが生まれました。両家とも初孫とあって親族一同大喜び。こんなにも生まれてくることを待ちわびてもらい、生まれてからもみんなにお祝いされたことを、大きくなったら教えてあげようと携帯にメモしました。買い物に行くとついついベビーグッズを見てしまいますが、貢ぎすぎないように気をつけます。（まゆう）

コーヒーって日常に欠かせない飲み物ですよね。同じ産地・同じ豆を使っていても、味の仕上がりは焙煎具合によって様々です。今月は生豆のストーリーを丁寧に紡いでいる焙煎人の方々に、直接お話を聞いてきました!ぜひ隣のパン特集と併せてチェックしてくださいね!（わっちゃん）

子ども向け運動教室

子どもの才能開花の方法が分かる テレビ取材を受けるほど話題の運動教室

「子どもの自信と能力アップ応援団」をモットーに、北摂で箕面市・池田市・豊中市・茨木市・全7教室を展開する『忍者ナイン』。一般の体操教室とは異なり、東京大学大学院教授監修で、将来サッカーやテニスなど各スポーツで必要とされる「走・跳・投・打・蹴」など9つの運動動作の基礎を身につける教室だ。注目すべきは、能力だけではなく、指示行動の習得、運動の楽しさ、異学年ゲーム(年中~小学生)による協調性が育まれる点。意欲や頑張る力を幼児期こそ伸ばそう。

ただ今10月の無料体験受付中!
今すぐ予約フォーム(QRコード)か電話で予約を
072-734-7692
【箕面ラボ】火木土／2歳～小3
【千里中央ラボ】・火木／2歳～小3
【豊中ラボ】…金／2歳～小3
【池田駅前ラボ】…水／2歳～小3
【箕面桜井ラボ】…土／年少～小3

MENU
- レッスン料金(1ヵ月)……6,000~8,000円
- 忍者リュック……3,000円

※全て税別

特　典
「シティライフを見た」と体験の上、1週間以内の入会で
- レッスン2回無料(3,300円～4,400円相当)もしくは忍者リュックプレゼント

(10月末まで、適用はNPO法人フロー運営ラボのみ)

子どものための運動教室 忍者ナイン
箕面ラボ　箕面市西小路3-1-15 アクセス箕面2F
千里中央ラボ　豊中市新千里東町3-6-114 新千里東町会館
豊中ラボ　豊中市北桜塚3-1-28 北桜塚会館
池田駅前ラボ　池田市菅原町3-1 studio mana
箕面桜井ラボ　箕面市瀬川3-2-5 西南生涯学習センター
特定非営利活動法人フロー ✆072-734-7692(箕面ラボ代表)

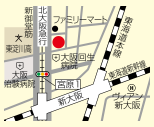
子育てセミナー

会話が変われば子どもの自主性は育つ 「子どものための大人の会話力講座」を開催

子を持つ親なら誰もが「わが子の自主性を伸ばしたい」と思うはず。何気なく交わしている会話の中に、そのヒントがあるかもしれない。コミュニケーション研修企業・DHサポートが主催する会話力講座では、イラストを使って普段の親子の会話を診断。自主性を伸ばす会話、潰してしまう会話を解説する。すぐに実践できる工夫を教えてくれるので、足を運んでみて。

(上)これまで東京・大阪で講座を開催。講座後に希望すれば個別相談にも対応してくれる。
(左)様々な親子の会話をイラストにして、参加者と一緒に考える。あなたならどう答える?

子どものための大人の会話力講座
日時:10/20(日)　13時～16時
場所:大阪市淀川区宮原1-7-7
参加料:2,000円
定員:15人(要予約)
※11・12月の講座はHPをチェック!



新大阪駅から徒歩5分

講師の紹介
30年近く、カウンセリングを通じて人間関係の調整に力を注ぎ、自分らしい生き方とは何かを愛情深く伝え続ける和田真雄先生と、その教えを20年学んだ石岡真理子先生が登壇。仕事、夫婦関係、子育てなど、大切な人との関わりについて個別に指導を行う。

DHサポート
神戸市中央区東川崎町1-3-6
ハーバーランド神戸駅前1114
営／11時～17時
不定休
✆080-6122-9187
mail:info@dh-support.com
ホームページはコチラ

スクール生大募集!!
MIZUNO Futsal school
ミズノフットサルスクール
in エキスポフラッシュフィールド｜市立吹田サッカースタジアム北側
フラッシュフィールド全面リニューアル完成!
新しい人工芝フィールドでフットサルを始めよう!

無料体験キャンペーン実施中!
いつでも体験できます!!
要予約・10月末まで

新規入会キャンペーン
リフティングボールとストッキングまたはシンガードの2点をプレゼント!
好評につき10月末まで実施

[月謝]
月4回 4,000円～(税別)
[日時]
毎週 火・木・金
15:30―16:30／幼児
16:45―17:45／1～3年生
17:50―18:50／4～6年生
19:00―20:30／エキスパートクラス
※エキスパートは(火)・(木)のみで4年生以上が対象です

お問合せ／TEL.090-5360-7920(火・木・金)
メールでのお問合せ／b89.futsal@gmail.com

「こんなに声が変わるんだ!!」
30分ボーカル 無料体験実施中!

入会金不要
今なら初月月謝3,000円OFF!
例)個人(月2回)
11,000円→7,000円!

USボーカル教室 江坂駅前校
吹田市豊津町1-25 森田ビル3F
0120-1692-88

2～3才児のための プレスクール

北摂の大人気プレスクール いよいよ令和2年(2020年)度生の募集開始 体験説明会10/5(土)、19(土)に開催

開室式の様子。楽しく元気に成長している現在のプレ生の様子はHPの「BLOG活動日記」でチェック!

北摂で人気の知育幼児教室カウピリキッズスクール。スクールの理念は、IQを高める事だけでなく子どもたちに『生きる力』を身につけてもらうこと。脳の成長著しい幼稚園入園前の1年間(4月～翌3月)に、短時間の詰め込み教育方式ではなく「母子分離での長時間保育」を行う。知育・英語・体操・リトミック・絵画制作といったバランスのとれた1日のカリキュラムと、四季を取り入れた遊びを通し、先生やたくさんの友だちとの関わりの中で、思いやりや優しさに触れ、協調性やコミュニケーション力、好奇心や持続力、忍耐力を培って『生きる力』へとつなげていく。太陽の日差しがあふれ、子どもが目一杯走り回れる広々とした教室も特徴。昨年は12月までにほぼ定員に達したこともあり、ご興味のある方はぜひ早めの体験説明会参加を!

保護者の声
カウピリに通い始めてから言葉が増え、先生やお友だちのことも楽しそうに話してくれます!
プレスクールに通うK君とママ

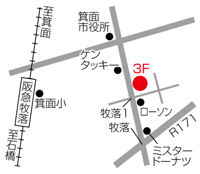
※HPでは他の保護者の声も掲載

①知育:同じ形を合わせ、空間認識能力を高めます。
②体操:広い教室で目一杯全身運動!!
③給食:みんなで仲良くいただきまーす!

プレスクール概要
- 9時半～15時までの長時間保育
- 週1～週5までで、通いたい曜日を選べる
- 主なカリキュラム:知育・英語・体操・リトミック・絵画制作
- 延長保育あり(9時～9時半/15時～18時)
- 欠席の振り替えあり
- 有機野菜を使用したアレルギー対応の給食
- 親子で楽しめる行事(遠足・クリスマス会)
- 開放感のある60坪もの広い教室

令和2年度プレスクール体験説明会
体験会の後、プレスクールの日常を動画で見れる
日時　10/5(土)・10/19(土)10時～11時半
対象　2017年4月2日～2018年4月1日生まれ
特典　説明会に参加し、12/27(金)までに入会手続き完了で、入会金が通常の50%OFF
※参加は電話にてご予約を。定員に達し次第受付終了

知育幼児教室 kaupili キッズプレスクール
〔カウピリ〕
箕面市牧落3-13-33
アクティブ箕面3階
教室✆072-720-7222
本部✆072-727-7888
http://www.kaupili-kids.com/
カウピリ で検索



バレエ教室

3歳～大人まで、週1回OK・振替も可能 気軽に始められるバレエ教室

月謝はクレジットカード利用ができて便利。来年3月発表会開催!(任意参加)

表現力・協調性・忍耐力など、社会で役立つ力が身に付くと人気のバレエ。同教室なら月謝とチケット制が選べ、振替も可能。発表会も自由参加だから気軽に始められると評判だ!少人数制のアットホームな雰囲気でお子様はもちろん、バレエ初心者の大人の方も大歓迎!3歳～60代、学生、OLさんが活躍中。気軽に無料体験会へ!

Ballet Studio Felice〈フェリーチェ〉
●千里スタジオ
箕面市船場東3-3-11
コムザシティ箕面 5F
●江坂スタジオ
吹田市江坂町1-18-8
江坂パークサイドスクエア 7F
✆080-8342-1466 担当:赤井
miyuki.felice.0401@gmail.com
インスタ:@balletstudiofelice

無料体験会
・千里スタジオ
10/2(水)、4(金)、5(土)
・江坂スタジオ
10/3(木)、5(土)

MENU
- ベビー/小1～3……月謝5,000円～
- 小4～大人……月謝6,000円～

※チケット制あり／クレジットカード可能

特　典
「シティライフを見た」と体験後、即日入会で
- 入会金5,000円→無料

(10月末まで)

吹田 高槻 千里 茨木 発着
ファミリー専用日帰りバスツアー
モクモクファームで1日満喫プラン in 三重県伊賀市

伊賀の里 モクモク手づくりファーム
土・日・祝発!
10/5(土)～11/4(月・振休)
※発着コースにより催行日は異なる

モクモクファームの見どころ

①園内は自由に楽しめるフリープラン
様々な体験プランがある園内ではフリータイム!お子様に合わせたお好みの体験プランが選べます。
- 無料プラン 牛の乳しぼりやポニー乗車体験、ヤギ・ヒツジの牧草あげ体験など
- 有料プラン ソーセージやぐるぐるウインナーつくり体験、その他季節の体験など

※各体験プランのお申込みはお客様自身でご予約いただくこととなります
※バイキングのお時間以外でのご予約をお願いいたします

②PaPaビアレストランでモクモク特製バイキングを堪能!(11:00～)
工房でつくったハム・ソーセージやパン・とうふ・地ビール(※有料)のほか、地元伊賀産などの季節野菜をたっぷりつかったお料理をビュッフェでご用意。

料金(税込)
大　人……8,990円
小学生……7,990円
幼児(3歳～小学生未満)..5,990円
乳幼児(3歳未満)……990円

あそびばす とは!?
- ファミリー専用の体験体感型ツアー
- マイカー移動の気疲れもなし
- 関西圏がおでかけスポット

実際に参加したお客様の声
- このように都会では味わえない体験を子どもにさせてもらえるという企画は非常に嬉しいです!(0～2才児、7～10才児のママさん)
- かゆい所に手が届くサービスで大変満足。「次はどこ行く?いつ行く?」と子どもも楽しみにしています。(3～6才児のママさん)

稲刈り体験&精米場見学とびわ湖こどもの国一日満喫ツアーも!
〈主催〉株式会社リグロース(大阪府知事登録旅行業第2-2964号)
予約、送迎場所等の詳細、その他のツアーはWEBで!

楽しく学んで、しっかり身につく

Kids English

キッズイングリッシュ

着実に力をつけている
キッズたちをご紹介

国際外語センター

リョウスケ君（11歳）
イチカちゃん（7歳）

中学、高校…将来に役立つ英語力 英検に"挑戦"する心も育つ

小学校の英語の授業で、「友達にも書くのが速いってほめられる!」と元気よく話してくれたリョウスケ君。「読み書きは日本人講師、発音はネイティブ講師と指導のバランスが取れているのもいいです」とお母さん。とにかく先生が優しくて、やる気を引き出してくれるそう。

キッズ英会話 Eatbee

O.S さん（13歳）

自然体で英検準２級合格 来年入試用に取る２級も通過点

小4から通い始め、現在は中2で英検準2級合格。「Eatbeeは、楽しく会話力を鍛えるレッスンで、ガリガリと勉強はしません。Eatbeeの同級生は全員合格したので特別ではないです。英検よりコミュニケーション力の方が大事。発音は、年長から始めた弟に(小4)負けるかな(笑)」

グローバルヴィレッジ

コウタロウ君（5歳）
ジョナサン先生

海外旅行で実感した 我が子の英語力

「海外旅行で英語の実力を見せてくれました」とコウタロウ君のママ。ホテルの冷蔵庫が壊れた時、コウタロウ君がホテルに英語で掛け合って見事解決。「グローバルは英語が日常だから、母国語のように英語力が育つんでしょうね」とママ。日々、成長を感じるそうだ。

イングリッシュワールド（英会話スクール）

Mちゃん（5歳）

レッスンが「楽しい」「大好き」 英語のシャワーで発音もバッチリ

「その日習ったことを嬉しそうに話してくれます。発音が良すぎて私が聞き取れないくらいです（笑）」とお母さんも驚くほどキレイな発音のMちゃん。「他の教室もみましたが、ここは英語の会話量が圧倒的です。先生が明るく娘も楽しそうだったのでここに決めました」。

イングリッシュワールド（英語学童）

ここなちゃん（9歳）
りんかちゃん（6歳）

サタデースクールで英語に たっぷりふれる重要性を実感

今年の4月から姉妹でサタデースクールに通い始め、たった2ヵ月半で英検Jrの合格ラインに到したとのこと。日常会話にも英語が自然と出てきて「長時間英語に触れることのすごさを実感しています!」とお母さん。お友達の輪も広がり、土曜日を楽しみしているそう。

3C ENGLISH

さつきちゃん（7歳）
みづきちゃん（4歳）

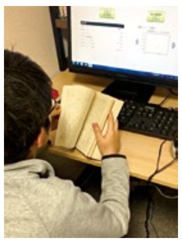
ママもびっくりの成長 日本語感覚で英語が身につく

英語に抵抗が出ないように…ぐらいの気持ちで始め、想像以上の上達に驚いているというママ。「国語を教えてくれるみたいに自然と英語が分かるみたいです」。お店の看板を見て、「あれはみづきのMだね」と妹のみづきちゃんは、平仮名より先にローマ字を覚えているそう。

インターナショナルスクール

"子ども"の英語力を"大人"の英語力へ 国際社会を生きるための英語スクール

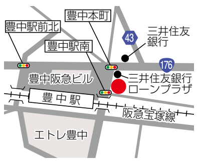
（上）年齢ではなく、子どもたちの英語力に合わせたクラスを準備。「少し難しく感じる授業」を大切にしている。



（左）受講から半年で児童書を1分で読める「速読」も同校の子どもたちの表現力、知識を育んでいる。

帰国子女やプリスクール卒園生にも人気がある英語スクール。環境が変わり、どのように英語学習を続けるか悩まれる方は多い。EFFECTでは年齢と英語力に合わせてクラス分けを行い、英語の運用力や語彙力を自然に伸ばすと言う。日本語でもまだまだ多くの知識を学んでいく小学生が「大人」の英語力に到達するためには、英語でも多くの概念や語彙を増やす必要がある。年齢相応に語彙力を伸ばし、英語を使いこなす力を身につけていくことが、子ども達には必要だ。国際社会で活躍するための力を身につける英語スクール。英語学習に関心がある方は、ぜひ体験してみて。

EFFECT 豊中校
豊中市本町1-2-53　高山第3ビル7階
受付時間:月～金　13時～19時
0800-777-3111
https://effect.ne.jp/lp
https://effect.ne.jp/lp_academia



帰国子女および同等の経験者「DIPLOMAXコース」

初学者および中級者 帰国子女レベルを目指す「Academiaコース」

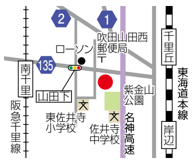
キッズ英会話（3歳～）

「成果」をしっかり出す「Eatbee」が「無料送迎サービス」アフタースクール開講

Eatbee歴3年の子どもたちは、初対面の外国人と45分間会話し続けることもできるとか。イングリッシュコンテストで入賞したり、みんなが英検に自然体で合格したり、「本当に伸びる!」と保護者の満足度はすこぶる高い。その驚きの成長の記録の一部はHPにて動画で公開している。さらに新たに無料送迎サービス付のアフタースクールも開校。「目に見える成果」、まずは自身の目で確かめてみて!

無料送迎サービス
「アフタースクール@Eatbee Plus」
英語レッスンの他、宿題のチェック、ことばの学校、eラーニング「すらら」で国語と算数も学習できる。「学童のついでに英会話」ではなく「本気で英語習得」を目指すためのEatbeeならではのアフタースクール。

Eatbee
〈イート・ビー〉
吹田市五月が丘東13-13
ハタデン亥の子谷ビルD号
P5台
06-7897-8608
https://eatbee.jp/



↑HPで動画レポート公開中!

MENU
- 通常コース……………………1回45分・週3回
- Eatbeeライト……………………1回50分・週2回
- プレEatbee……………………1回25分・週2回
  （プレEatbeeは3歳～4歳対象）
- プライベートレッスン……………………週1回～

無料体験レッスン及びレベルチェックは随時受付

英会話・速読

江坂駅スグ　英会話+速読+英語実践ゲームの児童基本コース（120分）が人気

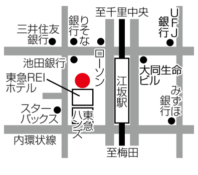
親子で自然な英語に慣れ親しめる!

速読/英語速読と英会話を併せて受講できるコースが評判。

BabyBox（1歳～）は1レッスン1,100円。音楽やおもちゃを用いて親子で楽しむ英語育脳空間。プレ幼児（2歳半～）は親子で英語のキャッチボール!児童コース（幼・小・中・高）は、外国人・日本人講師のチーム指導。特に基本コースは、英会話にプラスして、英語脳を育てる独自のSV方式による文法指導、能力開発の速読、そして楽しみながら学ぶ英語実践ゲーム（中高生は英語速読）を加えた120分の充実レッスン。ネット活用の英検コースも人気。大人はOne-to-One（英会話・TOEIC・英検）、世界遺産を巡る「世界旅行英会話」が話題。

KGC国際外語センター
KGCあすなろ学院/速読教室
吹田市豊津町9-44 ハートランド江坂7F
（江坂駅1分・東急ハンズ北隣り）
06-6378-4411
http://www.kokusai-gaigo.com

無料体験レッスン受付中



MENU
- 英会話（子ども）……………………7,200円/月～
  （大人）……………………12,700円/月～
- 基本コース（速読/英語速読・英会話）
  ……………………13,200円/月～
- BabyBox（1歳～）……………………1,100円/回
- One-to-One（1対1、20回）…………99,000円
- 世界旅行英会話……………………7,500円/月
- 英検コース（ネット活用・併用割引有）
  ……………………7,700円/月

特　典
この記事持参で
- 入学金3,000円OFF（2019年10月末まで）

英語の幼保園

ネイティブ並の英語力が求められる新大学入試 幼少期からの英語環境が決め手になる時代

同校では、例えば炭酸水を使って火山の仕組みを体感したり、ペットボトルを使って心臓の仕組みを勉強したり、子どもの豊かな感性を刺激する授業を行っている。それを全て英語で行っているから、母国語のような感覚で生きた英語が身につく。

文部科学省が進める大学入試改革。特に英語の試験が大きく変わる。改革は2020年度から始まり、2024年度からは国際社会で通用するよう、聞く・読む・話す・書く、の4技能が重視され「ケンブリッジ英語検定」など民間資格・検定試験へ完全移行する。特に「話す」能力は受験前の1、2年で身につけるのは難しく、グローバルヴィレッジのように英語環境を幼少期から与えることが望ましい。同校のプリスクールは入園希望者が多いため、2歳から入園させるには1歳時の見学がおススメだ。

また同校では、「幼稚園、小学校に通わせながら英語にもふれさせたい」という要望に応え、千里山田校と高槻茨木校でサタデースクールを開校している。関西で数少ないケンブリッジ国際児童英検認定校でもある同校。子どもの英語能力を大きく伸ばしてくれる。

グローバルヴィレッジ
インターナショナルプリスクール
http://www.global-edu.jp
千里山田校 吹田市津雲台7-4　06-6831-8996
千里丘校 吹田市長野東3-15　06-6878-6874
高槻茨木校 高槻市宮田町3-4-10　072-694-6000

園の様子はブログで!

英語学童

上質な英語環境で「世界で生きる力」を 英語学童説明会を10月に開催

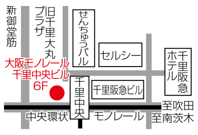
アート&クラフトでべんがら泥染に挑戦!

安心して遊び・学べる"第二のおうち"として多彩なプログラムを用意した学童(千里中央校)が、2020年4月に開講!「英語を学ぶ」のではなく、「英語で学ぶ」最高環境が整っている。資格が取得できる習字・そろばん、レベル別英会話、英検対策、ロボットプログラミング、アートなどを通して、やる気や探求心などの21世紀型スキルと言われる「非認知能力」が育まれる。ディスカッションやグループワークもあり、世界で活かせる本物のコミュニケーション能力を伸ばしてくれる。バス送迎もあって安心!10月に説明会を実施するので、詳しくはHPへ。

英語学童説明会開催
日程:10/5(土)、14(月・祝)、19(土)、26(土)
詳細、お申込みはHPから→

イングリッシュワールド
[姉妹校]豊中校、緑地公園校、高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
英検、英検Jr. 受験準会場認定校

●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/10時～20時(火曜～金曜)
日・祝定休
✆06-6832-0071
https://english-w-gakudo.jp



特典　英語学童説明会参加後、入会で
1. **入会金(20,000円)無料**
2. 2カ月分授業料**半額**
3. **年間教材費(6,000円)半額**
※2019年12月末までに入会手続の方対象
※2020年4月スタートで6か月以上継続の方に限る

英会話スクール

1歳半～英語耳を作る最高の環境 振替や送迎バスで安心の通いやすさ

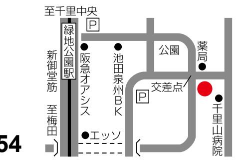
楽しみながら着実に英語力が身につくと保護者満足度が高いスクール。手厚いフォロー体制で、英検合格実績も多数!ネイティブ講師の英会話コースはベビー(1歳半～)から未就学児、小学生、中学生、大人まで幅広い。日本人講師は文法クラスを担当。フォニックス、英文法の定着を重視し、バランスよく4技能を伸ばす。まずは体験レッスン(要予約)へ。

バスもあって大助かり!
対象年齢:年少～中学生
(一部教室により異なる)
送迎エリア:
吹田市、豊中市、箕面市、茨木市の当校指定地域
※対象地域の詳細については、HPを要確認

特典　「シティライフを見た」で(10月末まで)
1. 入会金→ **100%OFF**
※即日入会以外は50%OFF
2. 2019年度**教材費50%OFF**
3. **スクールバッグ**(小学6年生まで)**プレゼント**
4. **入会セットプレゼント**
5.**体験レッスン初回無料**
※英語学童は対象外
※サタデーインターナショナルコースは1、4のみ
※各特典利用は、レッスンを3ヵ月以上継続される方に

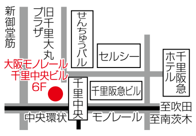
イングリッシュワールド
[姉妹校]高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
http://english-w.jp
英検、英検Jr.　受験準会場認定校

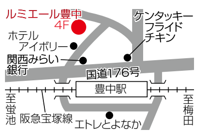
●緑地公園校
豊中市東寺内町5-38
緑地東タハシハイツ
受付/11時～19時
(土曜・10時～18時)
月・日・祝定休
✆06-6338-5554



●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/10時～21時(月曜:13時～21時、土曜:10時～18時) 日・祝定休
✆06-6833-0507

●豊中校
豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
受付/11時～19時(土曜・10時～18時)
月・日・祝定休
✆06-6858-5571





視力回復
無料体験会

スポーツの時にメガネをかけたくない子どもや PCで目の痛み・頭痛・肩こりがひどい大人の方へ

海翔くん(10歳)
使用前〈右0.15／左0.2〉
使用1ヶ月後〈右1.0／左1.0〉
「息子はスポーツが好きなので、眼鏡を外してあげたくて無料体験会に参加しました!」

サッカー・野球・テニスなど動きが激しいスポーツをする時は、メガネが落ちたり、ぶつかったりすると心配の方も多いはず。「なるべくメガネはかけたくない!」という方は、アイメディカルの無料体験会で回復の可能性があるかを確認してみよう。厚生労働省認可の医療器具を1日片目に10分間当てるだけ。大人の方も日常の仕事からの目の疲れにも適応しているので、ぜひご家族一緒に。今月は、お近くの会場で出張体験会を実施しているので、このチャンスを見逃さないで!

亜希子さん(37歳)
使用前〈右0.6／左0.5〉
使用1ヶ月後〈右1.0／左1.0／両目1.2〉
「肩こりや目の疲れもなくなり、視力でも結果が出て本当に良かったと思っています」。

当てはまる方はご相談を!
- 目薬でこれ以上視力があがらない
- メガネ・コンタクトはまだ早い
- メガネの買い替えが早い
- 免許更新でギリギリ

アイメディカル新大阪
大阪市淀川区東三国5-12-10 2F
東三国駅2番出口徒歩5分
営/平日11時～19時、日祝11時～17時
月曜定休
0120-497-613
アイメディカル新大阪 で検索
▲詳細はコチラ!

参加無料! 視力回復体験会
- 10/5(土) ディオス北千里1番館 S3室(2F) 10時～17時
- 10/6(日)、10/13(日)、10/22(火) 吹田ゴルフセンター 受付横10時～19時
- 10/20(日)、10/26(土) エトレ豊中 イベントスペース(1F)10時～19時
- 10/29(火) 吹田サンクスホール 第2会議室(4F)10時～17時

〈予約優先 約50分〉ご都合が悪い方は、新大阪店舗へ
※効果の出なかった方にはおすすめなし。できる限り家族そろっての参加を。

英語教室

楽しい仕掛けがいっぱい 気づけば英語が好きになるレッスン

イギリス人現役国立大学講師で、英語を教えるための"英語教授法"の修士を取得しているスティーブンス先生。そんな英語を教えるエキスパートの先生が作るオリジナル教材で、楽しみながら学べる同スクール。英単語の横にその意味の絵を描いて視覚から記憶させるなど工夫がいっぱい!読む・聞く・話す・書くの4技能を着実に身につけていく。最初に理解度チェックを行い、個別に目標設定するので初めてのお子さんも安心。まずは楽しいイベントに参加しよう!

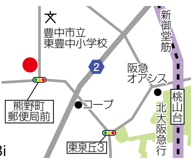
子どもに大人気のスティーブンス先生。ケンブリッジ大学認定の有資格者。

Art&Craftハロウィンバージョン
(英語で図工)
10/6(日)10時半～11時半
(東豊中校)
10/6(日)15時～16時
(キューズモールみのお校)
[受講料]
LINE@ご登録の方に限り一人500円
(ご登録以外の方700円)
※申込は下記メールにて。
英語でハロウィンにちなんだモノを作り、最後はみんなでミニゲーム!

ハロウィンパーティー
10/20(日)10時半～11時半(東豊中校)
10/20(日)15時～16時
(キューズモールみのお校)
[参加費]生徒:無料
生徒以外:LINE@ご登録の方に限り
1人500円(ご登録以外の方700円)
※申込は下記メールにて。
チーム対抗のミニゲームやビンゴ大会!仮装もしてきてね!

3C ENGLISH
- みのおキューズモール(ファンゴ内)
  箕面市西宿1-17-22 EAST1-1F
  0120-952-320
- 東豊中本校
  豊中市東豊中町
  6-15-40 2-3F
  ✆06-6151-3553 ID:@dwd6023i

mail:3c.english.school@gmail.com
https://www.3cenglish.org



【 MAPは東豊中校 】

特典　「シティライフを見た」と入会で、
3つの半額新規入会キャンペーン
- 入会金 10,100円→**半額**
- 秋学期(10月～2月)の5ヵ月分の教材費→**半額**
- 初月月謝**半額**

(11月末まで)

さつまホーム 無添加住宅®
ホームページでも施工例公開中! さつまホーム
土地探しからお手伝い!
〒562-0036 大阪府箕面市船場西2丁目1-1 エリモビル5F
営業時間 9:30～19:00　定休日 火曜・水曜
お問合せ 0120-780-636

スクール生大募集!!

服部緑地 MIZUNO Tennis School
ミズノテニススクール
リニューアル1周年記念
秋の入会キャンペーン

3カ月キャンペーン
10・11月期入会の方は2ヵ月分の受講料で3ヵ月受講できます
実質1ヵ月分レッスン無料

シティライフ読者限定
無料体験キャンペーン実施中
(10月末まで・要予約)
いつでも体験できます
お気軽にお電話ください

10月	テニス大会・練習会 参加者募集		参加費(税込)	募集
4[金]	人工芝	レディースフレッシュクラス練習会	3,000円	20ペア
9[水]	人工芝	レディース4名団体戦	10,000円	8チーム
14[月・祝]	クレー	ジュニア練習会 女子小・中学生	2,800円	24名
19[土]	クレー	ジュニア練習会 男子小・中学生	2,800円	24名
22[火]	人工芝	over200レディース4名団体戦	3,000円	20ペア

レッスン料金

一般(初心～中上級)	7,500円～/月4回(税別)
TL(トーナメントレディース)	8,500円 /月4回(税別)
ジュニア(4歳～小学6年生 60分)	4,400円 /月4回(税別)
(小学5年生～中学生90分)	7,000円 /月4回(税別)

詳しくは右のQRコードからホームページをご覧下さい。

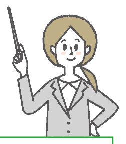
お問合せは
服部緑地ミズノテニススクール TEL.06-6868-3223まで

シティライフ主催

日々の生活が“もっと”豊かになる

プロから学ぶ「生活向上セミナー」

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、
技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。



10/25(金) 9:30〜16:20

参加無料 複数受講歓迎

会 場 千里ライフサイエンスセンター6F
（豊中市新千里東町1-4-2） 北大阪急行千里中央駅下車すぐ

セミナー参加申し込みはこちら

事前申し込みが優先です。

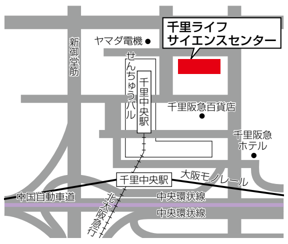
下記URLの応募フォームもしくはお電話で申し込みください。

※各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。 ※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。

■応募フォーム http://seikatsukoujyou.citylife-new.com
■お問合せ TEL.06-6338-0640
（生活向上セミナー担当係まで） ※平日10時〜17時

プロから学ぶ生活向上セミナー 検索

応募フォーム



[千里ライフサイエンスセンター駐車料金]
最初の1時間 400円、以後30分毎200円 最大1,300円
[周辺駐車場のご案内]
LABI千里（10時〜22時）
1時間300円、以後30分150円、最大700円

10/25(金) セミナー 一覧

セミナー室 A / セミナー室 B

9:30〜10:30

1 その保険大丈夫？「数字で語る」保険のウラ側（セミナー室 A）

生命保険にいくら払ってるかご存知ですか？その保険、どうなれば回収できるかご存知ですか？医療保険は必要？学資保険は損をする？年金保険は貯まらない？安い保険は実は高い？保険のウラ側を数字で具体的に暴露します！

講師 ファイナンシャルプランナー・相続診断士 井上さん

「行列のできる収支改善」は抽象的な話は一切無し！数字で具体的に語り、わかりやすいと大好評！一世帯あたり500万円以上の収支改善を実現している。

2 ただの主婦が趣味や特技で夫の収入を抜く方法（セミナー室 B）

「私の人生、このままでいいの？」と思った事は？老後をより豊かに過ごすには旦那様の収入に頼らない自分だけの収入は必要不可欠！40・50代からでも遅くない。ネットマーケティングの知識を習得し、得意なことで収入を！

講師 株式会社ママピット 代表取締役 天谷 麻裕子さん

結婚後、公認会計士の知識、WEBの知識を併せ持つ主婦起業コンサルタントとして起業。専門知識を生かし講師として行政や企業のセミナーでも活躍中。小学生2児の母親。

10:40〜11:40

3 夢じゃない！ママでも出来る自分年金の作り方（セミナー室 A）

人生100年時代「老後の生活をささえるのに年金が2000万円足りないのでは？？」と大騒ぎの今！低金利にも負けない、インフレにも負けない、普通の主婦にでもできる、意外と簡単に2000万円を作れちゃうしくみをわかり易く楽しくお伝えします。

講師 ファイナンシャルプランナー・DCコンサルタント 小塩 美和さん

企業向けに確定拠出年金（DC）の導入のアドバイスをしながら、個人には日本人の「未来の安心のお手伝い」をミッションとして「格安スマホで家計のダイエット」や「じぶん年金アドバイザー」として活躍中。

4 それで本当に大丈夫？生前贈与のあげ方・もらい方（セミナー室 B）

相続において生前贈与は上手に活用すればとても良い制度ですが、相続税調査が入ったら約8割が否認という現実・・・妻のへそくりは誰のもの？0歳の孫に贈与できるの？税務署が認めた生前贈与の4つの必要条件とは？正しい生前贈与についてわかりやすくお伝えします。

講師 ソニー生命保険(株) ライフプランナー・ファイナンシャルプランナー有資格者 相続診断協会認定 相続診断士 上田 舞さん

女性目線でのわかりやすいセミナーが大好評！相続・生前贈与の個別相談の豊富な経験から様々な角度で対策を提案してくれます。

11:50〜12:50

5 誰でもできる！65歳までに2000万円作る方法（セミナー室 A）

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか？このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。皆さんも豊かなセカンドライフへの第一歩を踏み出しましょう！

講師 ファイナンシャルプランナー 松下 美知子さん

関連記事 P.13をチェック!!

大手航空会社のキャビンアテンダントとして勤務した後、接遇マナー講師、経営コンサルタントを経て現職へ。働く女性や主婦向けのマネー講師として幅広く活躍中。2級ファイナンシャル・プランニング技能士、相続診断士、投資診断士。

6 手遅れになる前に「家族信託」で認知症対策を！（セミナー室 B）

認知症になると「銀行預金が引き出せない」「いざという時に自宅を売却できない」等、様々な問題が起こることも。そこで重要になるのが新制度の「家族信託」。知らないと損をしてしまうかもしれない「家族信託」についてわかりやすく解説します。

講師 一般社団法人家族信託普及協会
司法書士・家族信託診断士 冨本 隆介さん
家族信託コーディネーター 西上 正通さん

認知症対策と相続対策、ダブルで対策可能な「家族信託」の普及のため、セミナーなど積極的に取り組んでいる。

13:00〜14:00

7 資産にも寿命あり！高齢社会白書から学ぶ老後の資産形成（セミナー室 A）

人生100年時代を迎え、長くなる私たちの寿命。資産にも寿命があることをご存知でしょうか？老後資金2,000万円問題等もある中、どうすれば豊かで安心できる老後を確保できるのか？「時代を乗り越えるための力」と共に、3つのご提案をさせていただきます。

講師 ファイナンシャルプランナー 長倉 永以子さん

大手生命保険会社に約8年勤務したのち独立。これまでの経験を活かし、行政制度や税金の観点から、多くの女性の資産形成に携わる。ますます個人が主役になる新時代に向け、セミナーを通じて役に立つ情報をお届けする。

8 終活と相続税入門（セミナー室 B）

当セミナーでは家族と財産を守るために知っておくべき相続と税金の基礎をお伝えします。今からできる相続対策のポイントも伝授。セミナー後には個別相談に対応しますので、終活をしようと思い始めた方、相続税が気になる方は是非ご参加ください。

講師 税理士法人イースリーパートナーズ 関川 哲矢さん

生前の相続対策から申告まで幅広く対応しています。常に分かりやすい説明を心がけています。 HP:https://e3-partners.com/

14:10〜15:10

9 30〜50代必見！プロが教える！家計見直し塾（セミナー室 A）

お金の流れを知ることで、収入を増やさずとも、誰でも簡単に、手元に残るお金が増やせるとしたら、学んでおきたいですよね。
誰でもできる家計の見直し術はもちろん、子どもの教育費のことや、財テク・投資の始め方、住宅ローンの注意点など、お金の疑問を分かりやすく解説します。

講師 ㈱Merkur（メルクーア） マネードクター 加納 俊幸さん

難しくない資産運用や節税、家計の見直しによる資産形成のアドバイスが得意。見直し前と後で、お金の流れが目で見て納得できると好評。

10 プロが教える目の下のたるみ解消テクニック（セミナー室 B）

疲れて見えたり、年齢を感じさせる目の下の膨らんだたるみ。目の下のたるみ美容専門店のエキスパートが、最新の美容法やセルフケアを伝授。姿勢からくる身体の歪みとたるみの関係や、引き締まった若く美しい印象を自分で作れる体験型の大人気セミナーです。※12名限定

講師 プルメリア 店長 加藤 由香里さん

お肌をきれいにするだけではなく、生き生きとした美しい印象を作り出すことを得意とする美容家。目の下のたるみケアにも定評があり、多くのファンを持つエキスパート。

15:20〜16:20

11 他人事ではない！がん予防と今できる備えセミナー（セミナー室 A）

日本人の3人に1人が「がん」で亡くなっていると言われています。医療技術は日々進歩し、治療方法も様々ですが、医療保険・がん保険に入っているだけでは、納得した治療を受けられなかったり、治療費で生活環境が大きく変わってしまうことも…。まさに他人事ではない「がん」予防と今できる備えについて、詳しくお話しします。

講師 株式会社ノーダス 赤川 元秀さん

ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究会 認定講師。健康管理士一般指導員（文部科学省後援）。健康管理能力検定1級。

12 サロン開業、初めの一歩（セミナー室 B）

「自分でサロンを開業してみたい…でも、何から始めたらいい？」「私に経営なんてできる…？」など、迷っていて一歩足を踏み出せずにいる貴女。そんな方のヒントとなるような、初心者にピッタリのパッケージをご紹介します。まずお話だけでも聞いてみませんか。

講師 ジーラボラトリー株式会社 美容アドバイザー 前川 祐子さん

SR SALONという個人事業主様向けのフェイシャルサロン開業サポートに精通。多くの女性の起業を応援している。

秋のローズフェスタ開催 プロのリフォームで 理想のお庭を叶えよう

施工例

「お庭の雰囲気を変えたい」「玄関周りをお洒落にしたい」そんな想いに応えてくれるのが、ライフスタイルに合ったお庭や外構を設計・提案する「エクステリアプラン」。創業以来約60年、京阪沿線を中心に地元に根差し、施工実績は年間約200件も。バラ・樹木などの専門知識を持つプロも多く在籍し、理想の庭造り・外回りを実現してくれる。エクステリアメーカーの各コンクールでも受賞歴が多数あり、しかも相談から設計、引き渡しまで同じスタッフが担当してくれるから安心。ステキな庭づくりのヒントがいっぱいのモデルガーデンも併設。さらに、10/11（金）からはローズフェスタを開催。ぜひ、足を運んでみて。

PROFESSIONAL
お庭のリフォーム ならこの店

創業60年以上の実績と、数々のコンクールでの受賞歴を誇り、そのデザイン力は業界でも評価が高い。

10/11（金）～11/10（日）「秋のローズフェスタ」開催。

香り高い秋バラに囲まれて、イベントも目白押し！詳しくはHPより。

理想のお庭は丁寧なプランニングから

「お庭が雑草だらけ」「庭仕事が体力的に…」などの悩みを抱える方も多いはず。同社ではプランナーが細やかに要望や予算、イメージをくみ取る。現地調査のあと、図面・イメージパース、お見積まで無料で行ってくれる。何でも相談してみて。

特 典
「シティライフを見た」で見積り依頼をすると、
京阪園芸オリジナルバラのハンドソープをプレゼント（10月末まで）

京阪園芸ガーデナーズ エクステリアプラン
枚方市伊加賀寿町1-5
営／4月～10月 9時半～18時
　　11月～3月 9時半～17時
水曜定休
※ローズフェスタ期間中は営業
072-844-1769
https://keihan-engei.com/exterior-plan/

相談室外観。事前予約がおすすめ。

外壁防水塗装工事が評判 1戸建て35坪以内55万円

自社社員の施工なので、どこのお宅に対しても高い品質で施工。安心の3回塗りで、必要に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。外壁のトラブルは塗装して大体1～2年後にわかるのが怖いところ。同社なら地域密着で10年保証もしているので安心。それでいて、職人直請や材料直接仕入れなので35坪以内55万円(税別、足場代込)という低価格を実現している。

PROFESSIONAL
外壁防水塗装工事 ならこの人

代表取締役
原元 進さん
「ご縁のあったお客様とは一生涯のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」

特 典 「シティライフを見た」で
● 6帖洋室1室の壁**クロス張り替え無料!**
(外壁塗装された方、10月末まで)

無金利ローン実施中
※100万円 36回払いまで

1つでも当てはまるなら、まずは屋根・外壁診断を

□前に塗り替えしてから8年以上経過している
□塗り替え時期、建物の状況を知りたい
□お値打ちに済ませる方法を提案してほしい
□他社で見積もりしたが、妥当かどうか知りたい
□「今すぐしたほうが良い」と言われたが本当?

進和リフォーム株式会社
〈シンワリフォームカブシキガイシャ〉
吹田市南吹田5-2-5
営/9時～20時 水曜定休
0120-46-7760
mail:info@shinwa-reform.co.jp
街の外壁塗装やさん 吹田店 で検索

おいしいスイーツ × マネーセミナー

誰でもできる！65歳までに 2000万円作る方法

参加無料

10/8（火）・17（木）・20（日） 10:30～12:30

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか?このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。

ファイナンシャルプランナー
松下 美知子

人気店のスイーツが楽しめる！

会場はドラマの撮影にも使用された箕面の隠れ家レストラン「フォレストガーデン」！自慢のスイーツとコーヒーと一緒にリラックスしてセミナーを楽しみましょう！
フォレストガーデン 箕面市箕面6-10-21（阪急箕面駅から徒歩3分）

お問合せ・申込み先 申込締切は各セミナー開催1週間前
ファイナンシャルアライアンス株式会社 大阪支店
大阪市中央区本町4-6-7 本町スクウェアビル6階
090-3966-5599（担当・米澤）
▲応募はコチラからもOK!

困り事はプロに頼って解決!!

暮らしを豊かにしてくれる プロフェッショナル

「人生100年時代」を 豊かに生きるヒントがいっぱい 女性のための無料マネーセミナー

11/9(土)、日本経済新聞社主催の女性向けマネーセミナーが開催される。「人生100年時代」を豊かに生きるために必要となる、経済情報収集力アップの方法や、マネーセンスの磨き方など実践的で分かりやすい内容となっている。経済のことが分かってくれば、おのずと「家計のやりくり」や「資産運用のヒント」も分かってくるというのでお金のあれこれに興味がある女性にとって大満足のセミナーになること間違いなし。セミナー会場は、大阪メトロ・京阪電車北浜駅から徒歩3分とアクセス抜群。無料で参加できるこの機会に、ぜひ参加してみては。

PROFESSIONAL
マネーセミナー ならこの人

日本経済新聞社編集局編集委員・キャスター
木村 恭子さん
読売新聞、米通信社記者等を経て日本経済新聞社編集局編集委員兼政治部でBSテレビやラジオなどにも出演。現在は東海大学教授を兼務。

日本経済新聞社 大阪本社
大阪市中央区高麗橋1-4-2（セミナー会場）
受付／24時間(WEB受付のみ)
https://www.nikkei4946.com/seminar
セミナー番号3106

日経 女性のための経済情報収集力& マネーセンスアップセミナー 【参加無料】

【日時】11/9(土) ①10時半～②15時～
【会場】日本経済新聞大阪本社 1F
カンファレンスルーム(各線北浜駅徒歩3分)
【料金】無料
【定員】各回80名(応募多数の場合抽選)
【参加特典】女性向けマネー関連書籍&「令和」クリアファイルプレゼント
【申込】右記QRより申込
▲申込はコチラ

使用済みや欠品があっても査定OK 無料出張でまとめて買い取ってもらおう

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ!年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。30年以上前のゲーム機やソフト、フィギュアなど買取対象は様々で、高額査定なのも嬉しいポイント。送料無料の宅配買取もOKとのことなので問合せしてみよう。

PROFESSIONAL
買取 ならこの店

ディズニー英語システムは15年前の教材でもOK!ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、WAKUブロック、スカリーノ、ネフなどの木製玩具も買取。

昭和時代のボロボロおもちゃも買取中!塗装のはがれた超合金やウルトラマンのソフビ人形など、欠品商品も買取中!

教材・絵本・玩具・ゲーム・フィギュア・エアガン買取
買い取り専門店 トレジャー
関西買取センター
受／9時～20時
年中無休
古物許可No.大阪府公安委員会
第622010123619号
0120-977-719
▲おもちゃ用webはコチラ ▲教材用webはコチラ

買取例
● 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
● シルバニア・リカちゃん人形・プラモデル他
● 絵本・木製玩具・知育玩具・知育CD・DVDなども

特 典
「シティライフを見た」で
買取額20%UP!（10月末まで）

品質そのままでお得な電気プラン 今なら1年中、全日曜日が半額に

家庭はもちろん、商店や事業所など全ての電力利用者が、電力会社や料金メニューを自由に選べるようになった今の時代。選択肢が広がったからこそ安全性や利便性を見極めたうえで選びたいもの。フロンティアは、安定した電気の供給と、地域密着を理念にきめ細やかな対応をしてくれる電力販売代理店。利便性も高く、今までの分かりにくい値引きからシンプルで分かりやすい値引きを実施中。只今申し込みの方は、平日の電気量料金は地域電力会社と同じで、電気使用量が多くなりがちな日曜日24時間の電力量料金を半額にしてくれる。電気代の見直しを考えているなら、一度問合せを。

PROFESSIONAL
電力プラン ならこの店

家庭はもちろん、商店や事業所などあらゆる電力使用ニーズに応える販売代理店。地域密着を理念にきめ細やかな対応をしてくれる。

特 典
「シティライフを見た」で、電力の切り替えをした方に
お米マイスターが選んだ米5キロプレゼント!
(10月末まで)

株式会社フロンティア
大阪市福島区福島1-1-48
受付／平日10時～17時半
06-7508-3835

3つのおすすめポイント

ポイント① ゆったり過ごす日曜日をお得に
休日ライフ応援プランが登場！地域電力会社の料金をベースに日曜日の電力量料金が半額に。

ポイント② 電気の品質はそのまま
安心そのままに電気をお届け。送配電の仕組みは今までと変更なし。

ポイント③ 簡単な手続きで申込完了
使用中の電力会社への解約手続きは不要。特別な工事も必要なし。

オススメ おでかけスポット

関西サイクルスポーツセンターで 休日を思いっきり楽しむ

河内長野市にある「関西サイクルスポーツセンター」は、楽しいアトラクションがいっぱいのファミリーで楽しめる自転車のテーマパーク。今回はシティライフのファミリーモデルが一日の楽しみ方を体験レポート。秋のおでかけの参考にしてみてね！

私たちが体験してきました

藤原さんファミリー

「今日は家族5人で遊びに来ました！初めて来たので、どんな遊具があるのかドキドキワクワク。とことん楽しむぞ！」

いろんなアトラクションが何回でも楽しめるね！

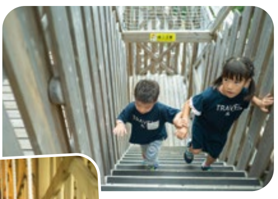
フリーパスを購入

アトラクションがたくさんあるので、一日遊ぶならフリーパスがだんぜんお得！入場料とセットでの購入もできるよ。
※3歳未満の子どもは無料ですが、乗れない乗り物もありますのでご注意ください。

サイクルリュージュ

ハンドル付きのソリで急勾配を駆け抜けるニュージーランド生まれのニュースポーツ！「スリル満点で子ども達よりもお父さんお母さんの方が大興奮！」

リッキー・リンリンの森の立体迷路



カラクリ仕掛けの立体迷路を体験。カラダを動かしながら頭も使って迷路を攻略！「なかなかゴールにたどり着けなくてあせりました」。
※フリーパスで初回1回目のみご利用OK！

変わり種自転車

街中では見られないおもしろ自転車がなんと800台も！「家族みんなで力を合わせて漕ぐ自転車もあってとっても楽しかったよ」。

ポッポサイクル

かわいらしい汽車型の自転車コースター。「ちょっとだけ怖かったけど楽しかったです」。

お昼はBBQテラスでお食事

園内にはBBQテラスやレストランあり。お弁当の持ち込みOKの休憩スポットも！

やっぱり自転車は楽しい！

サイクリングコース

大自然の中をゆったりと駆け抜ける全長3kmのサイクリングコース。「たくさんの自転車が置いてあるので、自分にぴったりの自転車が選べるよ」。

10月は楽しいイベントも盛りだくさん！家族みんなで行ってみよう

関西サイクルロハス

produced by ロハスフェスタ

入場無料 雨天決行

10/19(土)/20(日)/22(火祝) 各日 9:30-17:30

※荒天の際は、中止になります。※別途入場料等はかかりません。 ※イベント内容は予告なく変更する場合がございます。

「オシャレにかわいくエコを実践しよう！」とはじまったロハスフェスタがプロデュースする「関西サイクルロハス」を今年も開催いたします！
想いのこもった手づくり雑貨、グリーン、ワークショップなど、ココでしか出会えないモノ、コトがたくさんあります。ロハスな生活スタイルを、みんなで楽しみましょう。

ツリーイング体験会

木の上を楽しむ非日常の木登り空中散歩！

■日　程：10月6日(日)、14日(月祝)
■場　所：サイクルコースターホーム下特設会場
■対　象：5歳以上(中学生以下に限る)
■参 加 料：ひとり500円
(フリーパスの場合は300円)
■募集人員：1サイクル5名
■申し込み：ツリーイング体験会当日、サイクルコースターホーム下特設会場にて受付。

※整理券配布　※定員になり次第受付終了

関西サイクルスポーツセンター

大阪府河内長野市天野町1304
営／平日10時～17時、土日祝9時半～17時半(季節により変動あり)
火曜定休(10/22は営業)

TEL.0721-54-3101
http://www.kcsc.or.jp/

期間限定 関西サイクルスポーツセンター 入場半額クーポン

有効期限 2019年10/2(水)～12/1(日)まで

- 1枚につき5名様まで有効
- 他割引との併用はできません
- シルバー(60歳以上)は割引対象外です
- 各アトラクション利用料は別途必要

利用人数		
おとな(中学生以上)	通常800円 → 400円	名様
こども(3歳～小学生)	通常500円 → 250円	名様

CLW

第1回

Organic Marche

オーガニックマルシェ HALLOWEEN

10/19(土) 10:00～16:00 入場無料 雨天決行

(株)リブランドマネジメント 1Fイベントスペース
吹田市江の木町8-18

子どもの夢を叶えよう

「すべての子どもの夢を叶えよう！」をテーマにチャリティイベントを開催！売上の一部は多くの子どもたちの夢を叶えるために寄付を行います。
イベント当日は自然食品や天然素材の商品販売やワークショップなど子どもたちが楽しめるお店が出店します。
お気軽にご来場ください。

チャリティー・グッズ販売

手作りアクセサリー体験

親子でオムレツづくり

事前予約 限定50名 家型BOXバックづくり

13:00 BINGOゲーム

手作りサンドイッチ

イベントの詳細やご予約は、こちらからご覧いただけます。

大阪メトロ御堂筋線「江坂駅」より徒歩6分
※当日は混雑が予想されますので、自転車または公共の交通機関をご利用ください。

お問合せ：0120-006-120 主催：株式会社リブランドマネジメント

くもんの先生になりませんか？

くもんの先生がはじめやすくなりました！

あんしんサポート制度
- 2年間一定の提助金を支給
- 2年間会場費を援助
- 2年間生徒募集の費用を援助
- 開設時の教室備品の費用を援助

応募要項 》 ●55歳迄の女性の参加をお待ちしております。

仕事内容 》 ●教室は週2回(午後の5時間程度) ●教科は算数・数学、英語、国語 ●収入は生徒数により異なります。

説明会のご案内

※すべてお子さま連れ可、3日前まで要予約

地区	日程	時間	会場
豊中	10/31(木)	10:00～12:00	千里朝日阪急ビル 14階
新大阪	9/27(金)	18:00～20:00	公文教育会館
	10/11(金)	10:00～12:00	
	10/17(木)	10:00～12:00・14:00～16:00	
	10/26(土)	10:30～12:30・14:00～16:00	
摂津	10/3(木)	10:00～12:00	フォルテ摂津 3階
高槻	10/7(月)	10:00～12:00	公文式 高槻天神教室
梅田	10/10(木)	10:00～12:00	グランフロント大阪 北館 タワーB10F

※上記以外にも多数開催しております。詳細はWebサイトをご確認ください。説明会当日は、面接・採用テストは実施いたしません。KUMONのことを知り、疑問・不安を解消していただく場ですので、お気軽にご参加ください。

説明会のお申し込み・資料請求・お問い合わせは Webサイトもしくはフリーダイヤルより

0120-834-414 (やってみよう よいしごと) 受付／9:30～17:30(土・日・祝除く)

公文教育研究会 大阪北事務局
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6 公文教育会館2F

くもんの先生 検索

KUMON

〈 習い事・スクール特集 〉

暮らしを楽しくする この"人"に学びたい

習い事をはじめるからには、やはり上達はしたいですよね。それには講師の指導力が重要です。それぞれに豊富な経験を持つ、プロフェッショナルに学んでみませんか?

講師歴 2年

USボーカル教室 江坂駅前校
竹田 譲さん

バンドや弾き語り経験を長年積んだ後、プロのインストラクターに師事し自らも同じ道へ。正しい発声法に独自のアイデアを盛り込んだ熱血指導は、インストラクター歴2年が経った今も進化中!

| My Episode |

カラオケに行くのが恥ずかしい、大きな声が出ない、高い声を出したいなどでお悩みの方が多く来られます。歌が上手くなるだけではなく、リラックス効果やダイエット効果もあり毎日声を出すのが楽しみになりますよ!

講師歴 5年

女性専用スポーツジム Astage
日本ダイエット健康協会認定
プロフェッショナルアドバイザー
本田 真弓さん

高校時代ボート部に所属し、2年連続インターハイ・国体に出場。その後スポーツと文化を学ぶため2年間アメリカに留学。現在は2児の母。

| My Episode |

10代からウェイトトレーニング、体幹トレーニングに精通し、その経験をいかしてお尻のたるみや太ももなど、下半身に効果的なトレーニングメニューの提案が得意です。主婦ならではのカラダの悩みも共感できるので、解決に向けてサポートさせていただきます。

講師歴 15年

フーレセラピーアカデミー
高山 智子さん

フーレセラピーに興味を持ち、思い切って公務員を辞めてセラピストの道に!

| My Episode |

フーレセラピストの資格取得後、自宅でサロンを開業しつつインストラクター資格も取得し、現在では毎年多くのセラピストを輩出しています。これまでの経験を活かした授業で卒業生にも開業者多数!

少数チームであなたをサポート くびれ・美脚・美尻を手に入れよう

女性専用ジム

「15分で腹筋4000回相当の効果」といわれる医療用EMSが受けられる同ジム。15分座っているだけでインナーマッスルが鍛えられ、その場でウエスト-1.7㎝ダウンした人も。マシンはお腹・太もも・お尻と女性の気になる部分に特化したものが揃っており、大きな筋肉を鍛えることでダイエット効率がさらにアップ!女性専用で、スタッフが丁寧にサポートしてくれるから初めての人も安心。美脚を目指すならAstageへ。

医療用で即効性が高いEMS。マシンと併用してトレーニングすることで相乗効果が期待でき、お腹だけでなく、お尻・太もも・二の腕など気になる部分をボディメイクできる。
キッズスペースがあるので、ママも安心。

詳しくはHPへ→

MENU

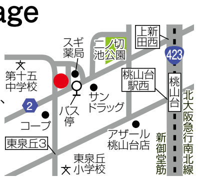
- 入会金:5,000円 ● 登録費:3,000円
- アフタヌーン会員:10,000円(平日16時〜21時)
- シニアレギュラー会員:10,000円
(65歳以上、平日9時〜21時、土曜9時〜18時)
- レギュラー会員:12,000円(平日9時〜21時、土曜9時〜18時)
- プラチナ会員:15,000円
(24時間利用、日祝OK、美容ドリンク付き)
※EMSの利用は月会費に含む ※全て税別
※パーソナルトレーニングもあり

特　典

「シティライフを見た」と体験後入会で
- 入会金5,000円+登録費3,000円→**無料!**
(10月末まで)

女性専用スポーツジム Astage

〈エーステージ〉
豊中市東豊中町5-30-28-301
営/24時間
(スタッフ在籍時間/月〜金9時〜21時、土9時〜18時)
日祝定休
☎06-6210-6656



すぐに効果が実感できると評判 まずは30分の無料体験レッスンへ

ボーカル教室

経験豊富な先生たちによる親切丁寧なボーカルレッスンで、どんどん歌に自信が持てるようになるUSボーカル教室。「カラオケで上手に歌いたいという夢が叶いました!」「音程が安定したので自信を持って歌えるようになった」と口コミで評判が広がっている。発声の基礎から豊かな表現力まで独自のボイストレーニングで徹底サポートしてくれるので、歌を習うのが初めてという方だけではなく、プロ志望の本格派も大歓迎!どんな雰囲気の教室なのか気になった方は、自分の好きな曲で練習ができる30分の無料体験レッスンから始めてみよう!

(上)この秋、何か新しいことにチャレンジしたい!という方はぜひ。

(左)独学では学べない、ボイストレーニングのテクニックも教えてくれる。

ビックリするほど上手くなると評判
まずは、30分のボーカル無料体験へ!
30分無料体験レッスンを随時開催中。
お申込みは下記QRより、どうぞ。

MENU

- グループレッスン(2〜3名) 月謝:8,800円(4回)
- 個人レッスン(1名) 月謝:11,000円(2回)
30分の無料体験を実施中。申込・詳細は右記QRより

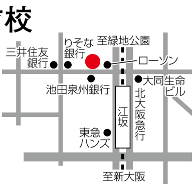
特　典

「シティライフを見た」で
- 初月謝**3,000円引き**
上記コース料金より割引(10月31日まで)

USボーカル教室 江坂駅前校

〈ユーエスボーカルキョウシツ〉
吹田市豊津町1-25
森田ビル3F
受/10時〜20時
0120-1692-88
USボーカル 江坂 で検索

▲無料体験レッスンはコチラ



コナミスポーツクラブプログラム in 万博記念公園

日時 | 11/9(土)10:00〜17:00
場所 | 東の広場

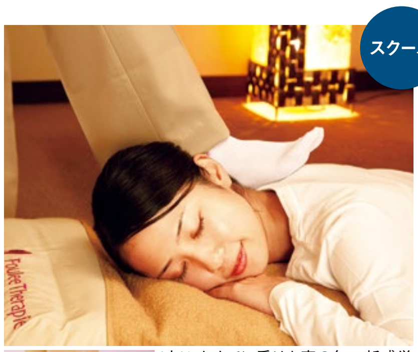
万博記念公園の芝生の上でヨガやボディコンバットを楽しみませんか?

コナミスポーツクラブのスタジオ人気プログラムを開催します。プログラムはヨガ(キッズ同伴可・通常プログラム)・格闘技系プログラムのボディコンバット、ダンス系プログラムのボディジャムなどを実施!

料金 | 有料
主催 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ
協力 | コナミスポーツ(株)・(株)JTB・シティライフ・JAF(日本自動車連盟)
ＨＰ | https://jtbsports.jp/events/events-detail.php?id=7108

〈申込み・詳細〉※申込みはWEBのみとなります。

スクール



(上)これまでに受けた事の無い新感覚の気持ちよさ。まずは体験してみて!

(左)ふくらはぎマイナス1〜2センチも夢じゃない!効果がすぐに感じられる驚きのマッサージをぜひ!

むくみも疲れもスッキリ 人を虜にする癒し術

注目の癒し術「フーレセラピー」は、足を使って全身をほぐす新感覚の美容健康法。身体の芯までほぐされて短時間で全身スッキリ。脚の広い面を使って優しいタッチでほぐされるので、痛みやもみ返しが無くリラックスして受けられると人気。慢性的な肩こりや腰痛でお悩みの方にもオススメで、代謝が上がることで小顔効果やスリム効果も期待できるなど美容効果も大きい。ソフトなタッチで身体の芯までほぐす「新感覚」の技術をまずは体験してみよう!

フーレセラピーアカデミー

大阪校
大阪市北区芝田1-4-8
北阪急ビル2F
電話受付/9時〜18時
0120-3229-20
フーレ で検索

資料請求・予約・問い合わせはコチラ!

フーレセラピー無料トライアル
【日程】10/6(日)・7(月)・8(火)・9(水)
11/20(水)・21(木)・22(金)・23(土)
【時間】10時〜、13時〜、16時〜、19時〜(各2時間)
※完全予約・定員制(先着順)
※スクールはいつでも入校可

From CityLife

北摂の"おいしい!"が見つかるグルメサイト「北摂グルメ」がリニューアルしました。

City Life GOURMET

「北摂グルメ(シティライフグルメ -CityLife GOURMET-)」は、
情報紙シティライフが自信をもっておすすめする美味しいお店が掲載されています。

[各店の詳しい情報はQRコードからチェック!] http://citylife-new.com/gourmet/

不調の原因は生活の中にアリ！

プロが答える カラダの不調 Q&A

気になっているカラダの不調を専門家に尋ねてみたら、「なるほど」と自分では気づかなかったヒントに出会えるはず。改善策も一緒に教えてもらいました。

- QUESTION -

アトピーは漢方で改善しますか

R.K さん　40代　主婦

- ANSWER -

アトピーと漢方は好相性です 体の中から改善していきます

外用薬による対症療法ではなく、体を整えることによって根本治療をしていきます。

春風漢方薬局　西口 哲平 さん

喜びの声

アトピーの症状が1年前から特にひどくなり全身に赤い湿疹が出て痒くステロイドがきかなくなり来院。漢方服用後1ヵ月で夜の痒みがなくなり、2ヵ月後には赤みがうすくなり、よく眠れるように。7ヵ月後にはほぼ治りました。乾燥肌も改善し本当に来てよかったです。（40代 女性）

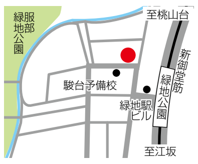
国際中医専門員でやさしく親身な先生。不安を感じたら相談してみて。

アトピー、不妊症、自律神経失調症 原因を根本から改善、親身で安心

自らもアトピーに悩み、漢方で完治した経験からこの道へ。だからこそ「親身に治療してくれる」と患者からの信頼が厚い西口先生。さまざまな症例を治療してきた豊富な経験から根本原因を見極め、改善へと導いていく。

春風漢方薬局〈ハルカゼカンポウヤッキョク〉

豊中市寺内2-2-22
営／月～金 9時～19時半
土9時～18時　日曜・祝日定休
予約制につき、電話でご予約を
☎06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索



- QUESTION -

病院で異常がないと言われるのに妊娠できません。

M.K さん　30代　主婦

- ANSWER -

東洋医学の考え方で 原因を探ります。

東洋医学的に診ると原因がわかる場合がよくあり、改善することでご妊娠の可能性が上がります。

漢方薬局 柚花香房 井上 貴文 さん

子宝相談は評判で同店の得意分野。クチコミで遠方から通う方も多く、妊娠した3人に1人が40代。井上先生は不妊治療の勉強会で講師をすることも。詳しくはホームページで。

柚花香房 で検索

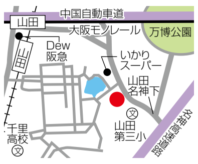
薬剤師、国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。予約制のため落ち着いて相談できる。

緑内障、不妊症、寒暖差による体調不良 "身体不調改善"のエキスパート

煎じ薬、粉薬の調合も行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。不調の原因を見つけ出し漢方で早期に変化を実感でき、生活を見直し自分でコントロールする方法まで教えてくれる。毎日を快適に過ごしたい方、1度ご相談を。

漢方薬局 柚花香房〈ユズハナコウボウ〉

吹田市山田西3-57-20
ピアパレス王子101
営／平日9時～19時
水曜9時～13時
土曜9時～17時
日・祝定休　駐車場2台あり
☎06-6816-9677
http://wu-xiang-dou.co.jp



美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

和漢薬とハーブの話

薬食同源

文　笹川薬局　笹川悦子

第41回

涼しい虫の音に気づくと黄金色に輝く稲穂や実りの景色が浮かんできます。薬草の世界でも雑穀と分類されている中にイネ科の植物、例えばハトムギもこの頃になると、季節を違えず頭を垂れはじめます。

ハトムギとヨクイニン

ハトムギは中国南部からインドシナ半島を原産とする一年生草本で、呼び名の由来はハトがよく食べるといわれていますが、明治以前はシコクムギ、トウムギなどと呼ばれていました。生薬問屋さんによると、日本の畑でも栽培されている一方で、今はラオスやタイから大量に輸入されたものの大半が健康茶などの食品原料になるそうです。一般に殻のついたままの実をハトムギといい、薬用にはCoix lacryma-jobi Linné var.mayuen Stapf (Gramineae)を基原植物とし、脱穀した実を生薬、ヨクイニン(薏苡仁)と言います。

漢方薬では桂枝茯苓丸加薏苡仁、麻杏薏甘湯、薏苡仁湯などに配剤されて用いられます。例えば、桂枝茯苓丸加薏苡仁という処方は、比較的体力がある方で、ときに下腹部痛、肩こり、頭重、めまい、のぼせて足冷えなどを訴える場合のしみ、肌あれ、にきび、生理不順、血の道性に用います。ヨクイニンの主な成分はデンプン・タンパク質・脂肪油で構成され、単独でイボや皮膚の荒れに用いる事もあります。身近な使い方としては、食用として粥や雑穀米として食用にする他、焙煎したハトムギは煮出してお茶代わりにハトムギ茶や市販のブレンド茶、混合飲料に含まれています。

薬という字は、くさかんむりに楽しいと書きます。ハトムギもヨクイニンもむやみに過信せず、またむやみに畏れることなく利用して秋の爽やかな風を楽しみましょう。

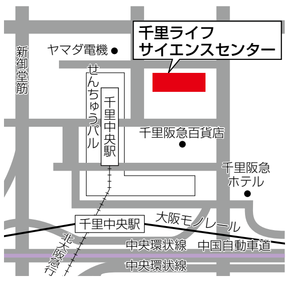
【ハトムギ／Coix lacryma-jobi var. ma-yuen】

吹田徳洲会病院 市民公開講座のご案内

足の血管が気になりませんか？ 下肢静脈瘤のお話

参加無料

11/16(土)
14:00～16:00（開場 13:30）
千里ライフサイエンスセンター
5F 山村雄一記念ホール
豊中市新千里東町1-4-2
◎北大阪急行電鉄及び
大阪モノレール「千里中央駅」下車5分



※駐車場（有料）はありますが、
台数に限りがございます。
できるだけ公共交通機関をご利用ください。

講座内容

下肢静脈瘤は、日々の足への負担により、足の静脈が、劣化していく現れの一つです。足に「こぶこぶ」ができるだけではなく、「重だるい」「むくむ」「安静時に足がつる」「痒い」といった不快感がありますが、日常生活が極端に障害されることはありません。ただ、大きく進行し、下腿に皮膚潰瘍が生じた場合は、日常生活が大きく障害されます。講座では、下肢静脈瘤の進行を抑える日常管理や、保存的治療から最新の外科的治療法までをご紹介します。

講師

吹田徳洲会病院
心臓血管外科
大阪大学特任教授
澁谷 卓 医師

［資格・専門医］
日本外科学会外科専門医、日本外科学会指導医
心臓血管外科専門医、心臓血管外科修練指導者
日本脈管学会認定脈管専門医
下肢静脈瘤に対する血管内焼灼術実施医、指導医

共　催／医療法人沖縄徳洲会 吹田徳洲会病院 コヴィディエンジャパン株式会社 テルモ株式会社
お問合せ／吹田徳洲会病院　06-6878-1110

From CityLife

ライター・カメラマン・イラストレーター フリーランススタッフ募集

弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。地元の魅力を伝えるための情報紙であなたの力を活かしてください。

［ 取材エリア ］ 神戸市（中央区・灘区・東灘区）　阪神間（西宮・芦屋）
大阪北摂エリア（高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面）
［ 応募資格 ］ 高卒以上20歳～40歳位まで。募集職種の経験が3年以上ある方（編集・ディレクター経験のある方歓迎）
［ 募集職種 ］ ライター・カメラマン・編集（ディレクター）・イラストレーター
［ 応募方法 ］ 下記URLかQRコードよりエントリーください。
http://company.citylife-new.com/c238.html

こんな人を求めています

取材力、文章力はもちろんですが、企画立案、紙面構成を考えたり、ディレクションができる方を特に求めています。もちろん、グルメ、ヘアサロン、エステ、教育、子育て、住宅関係など、専門性の高いライティングができる方も大歓迎。まずは採用応募フォームからお申込みください。
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

シネマ情報

CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が選んだおすすめ作品をご紹介。

最高の人生の見つけ方

10/11(金)公開
大阪ステーションシティシネマ他
推薦者:デコジュン

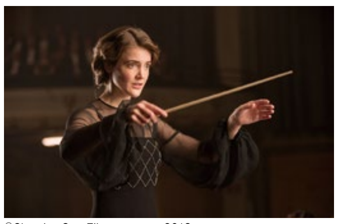
©2019「最高の人生の見つけ方」製作委員会

人生を家庭に捧げてきた主婦と、人生を仕事に捧げてきた女社長が偶然に出会ったことから始まる奇跡の物語。余命宣告を受け人生の虚しさに気づいた二人は、たまたま手にした12歳の少女の「死ぬまでにやりたいことリスト」の実行を決断、無謀な旅に出るのだが…。

監督:犬童一心
出演:吉永小百合、天海祐希、ムロツヨシ、満島ひかり、前川清

レディ・マエストロ

10月4日(金)公開 テアトル梅田ほか
推薦者:nanako


©Shooting Star Filmcompany - 2018

女性指揮者のパイオニアとして活躍、音楽に生涯を捧げたアントニア・ブリコの半生を描く。20年代の終わり、ある決意を胸に、NYから産まれ故郷のオランダに渡る。そこで女性に固く閉ざされた指揮者への扉を次々と開いていく。出生の秘密、恋人との別れ…成功の陰で次々と起こるドラマに魅き込まれる。

監督・脚本:マリア・ペーテルス
出演:クリスタン・デ・ブラーン、ベンジャミン・ウェインライト、スコット・ターナー・スコフィールド

109シネマズ箕面

http://www.109cinemas.net/minoh
[箕面市坊島4-1-24 みのおキューズモール内 音声案内 ✆0570-001-109]

<10月の上映>

- ジョーカー[R15+](10/4～)
- ヒキタさん!ご懐妊ですよ(10/4～)
- 蜜蜂と遠雷(10/4～)
- ジョン・ウィック:パラベラム[R15+](10/4～)
- 空の青さを知る人よ(10/11～)
- 最高の人生の見つけ方(10/11～)
- 真実(10/11～)
- 楽園(10/18～)
- マレフィセント2(10/18～)
- 世界から希望が消えたなら。(10/18～)
- シネマ歌舞伎「スーパー歌舞伎ヤマトタケル」(10/18～)
- ジェミニマン(10/25～)

<今月のオススメ>

ヒキタさん!ご懐妊ですよ

©2019「ヒキタさん!ご懐妊ですよ」製作委員会

マレフィセント2

©2019 Disney Enterprises, Inc. All Rights Reserved.

109シネマズ箕面
平日鑑賞券をプレゼント ペア5組

■応募方法 ●はがきの場合:〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 CityLifeシネマ『109シネマズ箕面鑑賞招待券プレゼント係』まで
●WEBからの場合:http://present.citylife-new.com/ ●締切:10月20日(はがきは必着)
※個人情報は弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせて頂きます。

意外と知らない歯の健康知識

DENTAL CARE

歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。

噛み合わせ プレスケール

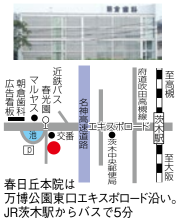
食べ物が「噛めない」「噛める」は噛む力です ～デンタルプレスケールで噛み合わせの診断を～

朝倉 勉 院長
歯学博士
日本糖尿病協会歯科医師登録医
大阪大学歯学部歯科医師臨床研修指導医

50歳を過ぎると50%以上は口腔機能が低下します。咀嚼機能の維持の為に、咀嚼能力を検査し評価できます。食べ物を「噛める・噛めない」は咬合力があるか否かです。咬合力は咀嚼筋と歯、歯根膜と噛み合わせが大切です。デンタル・プレスケールは、3秒噛みしめるだけで咬合力とバランスを測定できます。下顎のズレは顎関節の痛み、頭痛、肩こり、目の痛み、耳鳴りなどの症状を引き起こします。噛み合わせの治療は症状に合わせたマウスピースを作成し、下顎位の歪みを調整して補綴物を作製します。治療を始める前に噛み合わせの診断をお薦めします。詳しくはかかりつけの歯科医院にご相談ください。

朝倉歯科医院/本院
かかりつけ歯科医機能強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
TEL.072-625-2001
茨木市南春日丘1-1-19
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り

(医)朝倉クリニック歯科(分院)
一般 矯正 小児 障がい者歯科
TEL.072-626-2006
茨木市駅前4-3-26
朝倉メディカルビル 養精中隣り



春日丘本院は万博公園東口エキスポロード沿い。JR茨木駅からバスで5分

【歯科セカンドオピニオン外来】
噛み合わせ、歯周病、入れ歯、訪問診療、歯並び、矯正診療、インプラント、CT画像診断、ホワイトニング、金属アレルギー、審美歯科などはお気軽にご相談ください。
歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。

0120-468-321
HP:http://asakura-dental.com

毎週火曜日 20分限りの
タイムサービス実施中!
●11:00～11:20 青果コーナー全品2割引セール
●11:00～11:20 魚コーナー全品2割引セール
年中無休
まねき屋亥子谷店
吹田市山田西1-13-1 ☎06-6875-1122

10/3(木) どなた様でも1割引! スペシャル木曜日
10/20(日) お客様感謝デー
10/30(水) お客様感謝デー
SUPER MARKET KOHYO 山田店 阪急山田駅 デュー阪急山田1F
SUPER MARKET KOHYO 山田店 吹田市山田西4丁目1-2-101 ✆06-4863-5040

スタッフ大募集
〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉惣菜・鮮魚・ベーカリー
〈時間〉7:00～17:00 (週20時間以内)
パート・アルバイト 時給/1,000円
各部門 まずはお気軽にお電話ください。
シェフカワカミ 桜塚店
豊中市南桜塚3丁目6-27 ☎06-6846-8001

● 10/20(日) 感謝デー!!
● 10/30(水) 感謝デー!!
● 毎月15日 GG感謝デー!!
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店
※メンバーさん・アルバイトさん募集中です。
水産部・レジ、その他のお仕事も募集中です。まずはお電話下さい。
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店 ☎06-6842-5040
豊中市曽根東町3丁目1-1 ティオ阪急曽根1F

月掛金は1,000円から
家族みんなの基本の保障 コープ共済《たすけあい》
CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。
コープ東豊中
豊中市東豊中町4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

Food Net Mart
毎日フードネットマート安い!

片山町サンゼリア店	吹田市片山町3-32-3	☎06-6380-6405
蛍池店	豊中市螢池中町2-4-17	☎06-6843-0589
桜の町店	豊中市桜の町3-5-8	☎06-6151-2224
山下店	川西市見野2-24-11	☎072-795-1552
茨木店	茨木市元町8-1	☎072-665-4567
石橋店	池田市豊島北2-4-6	☎072-761-7777
高槻店	高槻市大蔵司3-14-4	☎072-698-4130

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫
北おおさか信用金庫 検索
お取引のない方もお気軽にご相談ください!

コープこうべだより

暮らし上手な皆さんにはおなじみのコープこうべ。魅力あふれるコープこうべの商品から、スタッフさんがオススメを厳選。思わず誰かに教えたくなるその理由に注目です。

コープミニ山田

吹田市山田東4-17-12-101
✆06-6875-6181
営/9時～22時 無休(1/1～3を除く)

マネージャー
向田 弓恵さん

一日の終わり がんばった自分へのご褒美に

私のイチオシ商品はコープクオリティシリーズのラムレーズンサンド。ラム酒も入った大人の焼菓子です。仕事も家事も終わった一日の終わりに、頑張った自分へのご褒美として一つ頂きます。ウィスキーやバーボンに合わせるのが私流、最高のリラックスタイムです。また野菜炒めに「味付けぽん酢」をかけて食べるのもおすすめで、「豚汁」か「たまごのおみそ汁」をつけると、お手軽に美味しい夜食が作れます。

※商品はすべて9月取材時の価格です。10月からの価格については各店舗にてご確認ください。

オススメ商品
レーズンを贅沢に使ったラムレーズンサンド
(5個/429円)

ラムレーズンを全体の約27%と贅沢に使用。しっとりとしたサブレとラム酒の香り、レーズンの果実味が楽しめる。

オススメ商品
味付けぽん酢
(300ml/181円)

野菜と鶏胸肉をごま油で炒め、生姜・鷹の爪はお好みで、最後にぽん酢で仕上げるレシピはビールとの相性抜群。

オススメ商品
豚汁
(5食入/321円)

信州みそを使用しまろやかでコクのある豚汁。5食入パックを何種類かストックし日替わりで楽しむのがおすすめ。

オススメ商品
ふんわりしたたまごのおみそ汁
(5食入り/397円)

国産鶏卵を使用したふんわりした卵の食感と、まろやかなお味噌の風味を味わえる。みつばがいいアクセントに。

大阪府内の店舗一覧

シティライフも設置中!!

〈豊中〉
- コープ東豊中 豊中市東豊中町4-3-13
- コープ蛍池 豊中市蛍池中町3-2-1
- コープ桜塚 豊中市南桜塚2-1-10
- コープミニ桜の町 豊中市桜の町2-1-6
- コープミニ泉丘 豊中市東泉丘2-14-20
- コープミニ城山 豊中市城山町2-5-12
- コープミニ西緑丘 豊中市西緑丘1-1-38

〈箕面市〉
- コープ箕面 箕面市桜ヶ丘5-6-6
- コープ箕面中央 箕面市坊島1-1-15
- コープミニルミナス箕面 箕面市如意谷4-6-19

〈池田市〉
- コープミニ伏尾台 池田市伏尾台3-4-1
- コープミニ井口堂 池田市井口堂2-7-18
- コープミニ上池田 池田市上池田2-4-6-101

〈吹田市〉
- コープ吹田 吹田市五月が丘西1-1
- コープミニ山田 吹田市山田東4-17-12-101

〈茨木市〉
- コープ茨木藤の里 茨木市藤の里1-10-2
- コープ茨木白川 茨木市白川2-2-10

〈高槻市〉
- コープミニ氷室 高槻市氷室町4-2-5

〈豊能町〉
- コープ新光風台 豊能郡豊能町新光風台2-18-5

〈島本町〉
- コープ島本 三島郡島本町青葉1-2-10

コープこうべ くらしの情報センター
0120-44-3100(無料・年中無休)
火～金:8時半～19時半 土～月:8時半～18時
※12/31～1/3は8時半～18時

From CityLife

[取材・文]編集部 木下

こども食堂を広げよう

～豊中市・「豊中本町こども食堂」～

今回は阪急豊中駅近くで開催している「豊中本町こども食堂」を取材した。

代表・山田さんの「お母さんたちに少しでも楽をさせてあげたい」という思いから、2018年6月にこども食堂をスタート。無理せず、長く続けたいということで、協力してくれる協賛店を探すところからスタート。米や野菜、肉など店舗ごとに分担し、提供を受けている。こども食堂の開催場所を提供し、カレーの調理担当のCOPPA TOYONAKA・千葉さんは「最初はカレーが余ることもありましたが、8月は50名ほど来てくれました。店内に入りきらず、席が空くまで少し待ってもらうことも」と話すように、参加者が増えてきているそう。食後には工作やぬり絵を楽しんだり、イベントとしてミニ縁日などを行うことも。

開催は毎月第3木曜日の17時半～20時半（ラストオーダー）。子ども（15歳まで）は200円、大人は500円で食事が可能。メニューはカレーライスで、おかわり自由。（なくなり次第終了）大人には大人用のカレーライスを提供している。事前予約は不要。食材の寄附を受け付けているが、使えないものもあるので必ず事前にFacebookにて確認を。

【取材協力】チームマイペース
【問い合わせ】
豊中本町こども食堂
Facebook
右記QRコードから
アクセスを。

伝言板

掲載お申込みの締切 毎月10日

教えます

■川上ギター教室（初心者より）
066380·8673千里丘6イズミヤすぐ

■ピアノ・ボイストレーニング・
フルート·ギター·バイオリン·サックス·トランペット·ウクレレ体験有 ☎ 0120·08·1871松本楽器

■お琴教えます　出張可
☎06-6852-3395　今井

■自信つくまで腹式発声·歌唱指導
出張·個人指導 石井072·623·6568

■箏·三絃教室 淀の会 長野雅子
090-3996-9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

■発声・歌唱指導致します　チカ
豊中市 saengerchika@gmail.com

■出張着付け　きものぺこら舎
http://kimono-pekorasya.com

■ダンス川柳·趣味の社交ダンス
茨木·ＪＭダンス 072·640·0072

■MEAハロウィンパーティー♪
10月30日（水）16時～17時開催！参加自由英会話で楽しいハロウィンを！参加者の特典 入会金無料
MEA英会話☎06-6875-6458
http://www.bestmea.com

結　婚

■成婚多数！再婚可90日無料体験
エクセルマリッジ 072·762·6050

申込方法

「内容·氏名·住所·TEL·FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字（初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。）2,750円 **「教えます」のみ1,650円。**新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ·伝言板係
FAX 06·6368·3505
Eメール dengon@citylife-new.com
問合せ／06·6338·0640

箕面公園いいね！プロジェクト 〈イベント案内〉

みのおこうえん自然観察会とくべつ企画「コケづくし！コケをたのしむ観察会」

参加者募集中

可愛らしいもの、へんてこなもの、環境によって変わるすがたかたち‥など魅力がつまった面白いコケ。道盛正樹先生といっしょに小さなコケの世界を旅してみよう!

講　師▸道盛正樹氏（NPO法人大阪自然史センター）
日　時▸10月13日（日）
10:00～12:30　少雨決行
集　合▸昆虫館まえ
定　員▸20名　　要事前申込み
対　象▸小学生以上～大人
（小学生には保護者の同伴が必要です）
参加費▸100円/1人
問合せ·申込▸072−721−3014
（箕面公園管理事務所）

みのお山や緑にかかわるワークショップや自然工作、いろんな体験フェア

「みのお山とみどりのフェスティバル」

日　時▸2019年11月3日（日·祝）　10:30～16:00
雨天中止

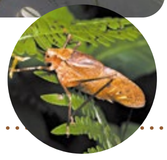
場　所▸箕面公園内
瀧安寺前広場、
箕面駅前ステージなど

昆虫館

昆虫館の新企画展

① 生体企画展「秋の虫展」
スズムシやエンマコオロギ、
オオカマキリ、ショウリョウバッタなど、
秋の草むらで見られる昆虫たちがせいぞろい。

会　期：2019年9月7日（土）～10月27日（日）



② 「インパクト、インセクト展」
とんでもなく大きい、ごっつう小さい、
メッチャ重い（昆虫にしては）、
すごく長生き、すぐ命が終わる‥など。
今回の企画展ではインパクトありすぎ!
な昆虫をあつめました。
誰かに話したくなるおもしろ展示、
ぜひ楽しんでみてね。（※標本展示）

会　期：2019年9月18日（水）
～2020年1月13日（月·祝）

①②ともに館内企画展示コーナー（入館料は必要です）

昆虫館のおしらせ

消費税増税に伴い、令和元年（2019年）10月1日（火）から入館料が下記の通り改訂になります。何卒、ご理解いただけますようお願い申し上げます。

◎大人（高校生以上）▸280円
◎中学生以下▸無料
※小学校3年生以下のお子さまの入館には必ず保護者（大人の方）の同伴が必要です。
◎団体（有料入館者30名以上）　200円（ひとり）
＊障がい者手帖をお持ちの方:手帖の提示で、本人およびその介助者1名 無料

詳細は、箕面公園ホームページ　http://www.mino-park.jp/　または箕面公園管理事務所　✆072-721-3014

EXPOCITY press 10

2019 OCTOBER Vol.39
エキスポシティプレス

秋のオシャレはこれでキマリ！ 海外でも注目の集まる「ハイブリッドファッション」

「ハイブリッドファッション」とは、**スポーツやアウトドアなどのアイテムをシーンを問わず着られ、さらに機能性も重視したファッション**のこと。動きやすくてこの上なく快適なのに、しっかりおしゃれ上級者に見えるのが魅力です。昨今ではその着こなしを楽しむとともに、ヨガやキャンプなどをはじめ、スポーツやアウトドアをライフスタイルに取り入れた「ハイブリッド」な暮らしを楽しむ人が急増中です。そこでららぽーとの各施設では、**10月4日(金)～11月10日(日)の期間、「ファッションも、スポーツも、アウトドアもハイブリッドに」をコンセプトに、ハイブリッドファッションフェスを開催！**ファッションの特集やスポーツ・アウトドアをテーマにしたイベント&フェアの実施や、人気インフルエンサーがハイブリッドファッションの着こなしをご紹介するスペシャルコンテンツも必見です。

スポーツの秋、アウトドアの秋、そしておしゃれの秋を「ハイブリッド」で楽しみましょう！

ハイブリッドファッションフェスの詳細はコチラ

機能性に富んだ高見えハイブリッドファッション

ハイブリッドファッションの魅力は、機能性を重視したアイテムや、スポーツ・アウトドアのアイテムを旬のおしゃれに手軽に取り入れて楽しめるところ。秋は運動会やラグビーW杯、アウトドアなどのレジャーイベントが盛りだくさん！
ファッションも、スポーツも、アウトドアもハイブリッドにキメよう！

日々の気温差が大きい秋に、大活躍間違いなし！普段使いはもちろん、アウトドアや旅行時にもピッタリ！

中綿ベストパック(16,000円+税)
ベスト&ウィンドブレーカーが一体化したアイテム。ベストの最下部分にウィンドブレーカーが内蔵されており、小雨や肌寒いときに取り出せる便利な1枚。

マイクロタイツ(8,900円+税)
ソフトタッチの素材を使用したタイツは、スポーツ時はもちろん普段着としてもストレスフリー。サイドのラインで脚長効果も！

裏起毛ロングスカート(8,900円+税)
スエット素材もスカートならスポーツMIXが苦手な人にも取り入れやすくておすすめ。裏起毛で暖かく、秋～冬まで大活躍間違いナシ！

NERGY〈ナージー〉
ららぽーとEXPOCITY 2F　06-4860-6563

アスリートのセレブレーションシーンからインスパイアされたV.CITYレンジ。

M VRCTジャケット(13,000円+税)※サイズ展開S～2XO、M VRCTパンツ(9,990円+税)※サイズ展開S～2XO、ultraboost 19 ウルトラブースト G54008(22,000円+税)※サイズ展開25～30cm
ジャケットは、ボディにストレッチ性の高いウーブン素材、袖にはダブルニット素材を配し、動きやすさに考慮したボンバージャケット。両開きジッパーが幅広い着こなしを可能にしてくれる。胸のAのロゴはベルクロ仕様で、面ファスナーにて個人のワッペンの取り付けも可能。パンツは若干スリムに設計されたテーパードパンツ。シューズはUltraboostをゼロから見直し、再設計したニューモデル。バネのような反発力を持ち、比類なき快適さをもたらす、高性能なニュートラルランニングシューズ。

アディダス ブランドコア ストア
ららぽーとEXPOCITY 2F　06-4864-8390

パーカーのサイドパネルとパンツ股下のガセットにストレッチ素材をはめ込み、運動性もサポート。

ワンシリーズ ハイブリッドスウェット フルジップパーカー M(8,490円+税)※サイズ展開S～2XO、ワンシリーズ ハイブリッドスウェット パンツ M(7,490円+税)※サイズ展開S～2XO、ソールフューリー (6,900円+税)※サイズ展開22.5～30cm
吸汗速乾性のあるフレンチテリーをベースにした、ハイブリッドスウェットのフルジップパーカーとパンツ。パーカーはフロントボディと袖に、パンツはバックにデジタルカモ柄のタフタ素材を重ね、防風性と防雨性も兼ね備える。シューズはリーボックの1990年代のエッセンスを取り入れたスタイルにフォーカス。ソールにはスプリットツーリングを現代のデザインに落とし込み、機能性を兼ね備える。軽量性、クッション性、通気性に優れた素材を最新の構造とデザインで組み合わせることで、今までのシューズの概念を覆すかのよう。

リーボック フィットハブ
ららぽーとEXPOCITY 2F　06-4864-8377

公式グッズを身に着けると、より一層観戦が盛り上がること間違いなし！！

**RWC2019 ジャパンレプリカホームジャージ VWR39000(10,800円+税)
※男女兼用サイズS～3L、
その他ジュニアサイズも展開あり
ジャパンスカーフ VCC09323 65(3,600円+税)、
ジャパンキャップ VCC09313 19(3,200円+税)**
ラグビーW杯の観戦にかかせない、ラグビー日本代表の公式グッズが勢揃い！レプリカユニフォームやTシャツをはじめ、タオルマフラーやキャップ、キーホルダーなど小物類も充実。

スーパースポーツゼビオ/ヴィクトリアゴルフ
ららぽーとEXPOCITY 2F　06-4864-8360

EXPOCITY　空の広場で開催の「ラグビーワールドカップ2019TMパブリックビューイング」や「EXPOCITY BEER GARDEN」に合わせ、**9/29(日)まで、EXPOCITY 空の広場会場内でも特別販売(現金支払のみ)を実施！**
各日12:00～ビアガーデン終了まで。
みんなで盛り上がろう！

詳しくはwebをチェック！

NERGY ヨガイベント
スポーツの秋 ～みんなで心と身体を一つに繋ぐ輪～

スポーツの秋、親子、友達、カップル、などなどみんなで一つの輪になれるような繋がり(サンスクリットでヨガ)を感じられるようなレッスンをしたいと思います。性別年齢関係なく楽しく、笑いとヨガで繋ぐ輪を作るセッション。初心者の方、経験者の方いろんな方のレベルに合わせられるようにポーズは段階を踏んでいきますので安心してご参加頂けます。

日時 10/6(日)　10:30～10:55　受付
11:00～12:00　ヨガレッスン
12:00～　クレンズアイス配布

場所 受付・ヨガレッスン：EXPOCITY 空の広場
クレンズアイス配布：ららぽーとEXPOCITY 2F NERGY内カフェスペース

定員 60名　※女性・男性・子どもすべて参加可能　※10歳未満のお子様はチケットなしで参加可能

参加費 1,000円 (アイスプレゼントはチケットをご購入いただいた方のみ)

インストラクター
池田莉子さん

ミズノ サッカーチャレンジ

激ムズキックターゲットに挑め！お1人様3球まで。
1球でも入った方には記念品オリジナルシューズ袋をプレゼント！

日時 10/22(火・祝)10:00～17:00

場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

参加条件 《激ムズチャレンジ》9歳以上の方
《ちょいムズチャレンジ》4歳～8歳のお子さま

特典 《ちょいムズチャレンジ》に参加いただきかつキッズクラブ会員様にノベルティをプレゼント！
※先着100名様　※キッズクラブ新規入会も可

ハロウィンの楽しいイベントが盛りだくさん!

ららぽーとハロウィン

Lalaport HALLOWEEN 9/21(土)▶10/31(木)

その他の詳細はコチラから

お絵かきジャック・オー・ランタン展示

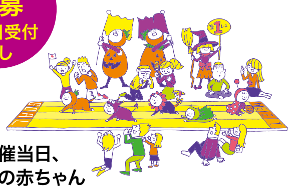
みんなで色を塗って完成させたジャック・オー・ランタンを、期間中フォトスポットとして展示します。SNS映え間違いなしのスポットです。

展示期間 10/31(木)まで
場所 OSAKA ENGLISH VILLAGE前
※写真はイメージです

仮装赤ちゃん ハイハイ&カタカタレース

三井ショッピングパーク LaLaport EXPOCITY × アカチャンホンポ

事前応募 ※当日受付なし



ハロウィンの仮装をした元気いっぱいの赤ちゃんたちによるハイハイ&カタカタレース!一生懸命に頑張る赤ちゃんたちの姿は会場をほのぼのした雰囲気にしてくれます。

応募期間 10/7(月)～　※定員に達し次第受付終了
募集人数 〈ハイハイレース〉50名様
〈カタカタレース〉各回60名様(合計180名様)
参加条件 〈ハイハイレース〉アカチャンホンポ会員の方で、開催当日、生後12ヵ月ぐらいまでの未歩行の赤ちゃん
〈カタカタレース〉アカチャンホンポ会員の方で、開催当日、ヨチヨチ歩きをする1歳8ヵ月までの赤ちゃん
参加方法 アカチャンホンポHPにて先着順で受付 https://www.akachan.jp/store/0105/

実施日時 10/21(月) 〈ハイハイレース〉15:30～ 〈カタカタレース〉①11:00～ ②14:00～ ③17:00～
※各回開始30分前より受付　※受付時にアカチャンホンポポイントカードをご提示ください
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
特典 ①アカチャンホンポより賞品引換券をプレゼント!　②写真+表彰状をプレゼント!
③各レース1位の赤ちゃんに金メダルをプレゼント!

ハロウィンダンボールパーク

キッズクラブ

当日受付

ダンボールでできた海賊船や遊具などがいっぱい!
自由に思いっきりダンボールパーク内で遊ぼう!

日時 10/26(土)・27(日)10:00～16:30
※10:00より受付開始　※最終受付は16:15
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
対象 0～12歳(小学生まで)※要保護者同伴
参加費 一般300円(税込)
キッズクラブ会員様参加無料
※キッズクラブ会員様は受付時にキッズクラブアプリ会員証をご提示ください。

ハロウィン仮装パレード

キッズクラブ

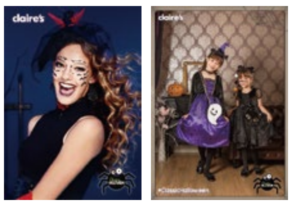
当日受付

ハロウィンの仮装をして館内をパレードしよう!ハロウィンの仮装をした子どもたちによる、元気でかわいいパレードを開催。パレードのポイント地点で「トリック オア トリート」と言うと、お菓子をもらえるよ!

日時 10/27(日)　①11:00～ ②13:30～ ③16:00～
※10:30よりすべての回の受付開始
※先着順で希望回の整理券を配布
※定員に達し次第受付終了
場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
定員 各回先着60名(合計180名)
対象 3～12歳(小学生まで)※要保護者同伴
参加費 参加無料
参加条件 お子さまは事前に仮装したうえで、ご参加ください
特典 対象店舗より、お菓子をプレゼント!さらにゴール地点でキッズクラブアプリ会員証のご提示でお菓子つかみに参加いただけます。

クレアーズ ハロウィンポップアップストア

claire's



米国で誕生し、世界に3,000店舗を有する世界最大のカジュアルアクセサリーチェーン「クレアーズ」。ハロウィンの仮装で使えるアクセサリーや衣装などのグッズを販売。ハロウィンを盛り上げるアクセサリーを身に着けて、まわりに差をつけちゃおう!

日時 10/11(金)～31(木)
平日 10:00～18:30、土日祝 10:00～20:00
場所 ららぽーとEXPOCITY 3F INGNI前
※10/26(土)・27(日)のみ
ららぽーとEXPOCITY1F 光の広場

HALLOWEEN EVENT

OSAKA ENGLISH VILLAGE

ハロウィンの季節がやってきました!今年のHALLOWEEN　EVENTは10種類ものレッスンがハロウィン仕様に大変身!どんなレッスンがあるのか、お楽しみに!
また**HALLOWEEN EVENT期間中の週末と10/31(木)は"トリック オア トリート"も開催!**OEV館内をまわって、お菓子をゲット!ハロウィン気分を味わおう!

期間 10/19(土)～31(木)　場所 OSAKA ENGLISH VILLAGE

パンプキンエンリッチメント

NIFREL

※生きものの状況により展示を変更・中止することがあります。

ハロウィンにちなみ、パンプキンを用いて生きものたちの行動のバリエーションを増やす取組みとして開催します。カピバラやワオキツネザルなどに、大きなパンプキンをおもちゃ代わりに与え、上に乗って遊んだり、噛んだり引っかいたりして生きものたちが楽しむ様子を、お客様にご覧いただきます。また、コツメカワウソやマダコにもカボチャの形をしたパンプキンポットを設置。お気に入りの棲みかにしてくれるのでしょうか。

期間 10/25(金)～31(木)　場所 ニフレル内

ららぽーとハロウィングルメ

ジャック・オー・ランタンやオバケなどをモチーフにした、こわくてかわいいハロウィン限定メニューが登場! 見た目にワクワク、おいしさにドキドキ!
みんなで食べれば、楽しさはモンスター級!!

ハロウィン お菓子詰め合わせ (各100円+税)
※なくなり次第終了

お子様にプレゼントするのにぴったりな詰め合わせ。ハロウィンパーティーにぜひ!

静屋〈しずや〉
ららぽーとEXPOCITY 3F フードコート　☎06-4864-2164

ペコちゃんのハロウィンバケツ (600円+税)

人気のカントリーマアムをはじめ、不二家のお菓子を詰め合わせたハロウィン限定セットです。

カントリーマアム FACTORY
〈カントリーマアムファクトリー〉
ららぽーとEXPOCITY 1F　☎06-4864-2522

ハロウィン ローストビーフ丼 (980円+税)

今年もまた現れる!?ピリ辛スリラチャソースをたっぷり使った期間限定ハロウィンローストビーフ丼!!ららぽーとEXPOCITY店限定商品です。

全国ご当地 丼ぶり屋台
ららぽーとEXPOCITY 3F フードコート　☎06-4860-6484

クレープ かぼちゃのブリュレ (525円+税)
※10/1(火)～31(木)

クリームブリュレクレープのかぼちゃ味が期間限定で登場!

エイトデイズ ア スイート プラス
ららぽーとEXPOCITY 1F　☎06-4860-6528

LaLaport × 三井OUTLET PARK

永久不滅ポイント 交換キャンペーン

すぐに使える お買物券と交換!

SAISON CARD / UC

永久不滅ポイントがたまるすべてのセゾン・UCカードが対象です

永久不滅ポイント1,000ポイント　お買物券5,000円分 ＋ キャンペーン期間限定　お買物・お食事券500円分

キャンペーンの永久不滅ポイントは、期間中何度でも**1,000ポイント単位**で交換できます。1,000ポイントに満たない場合でも、400ポイント単位でお買物券2,000円分に交換いただけます。

交換期間 10/25(金)～11/4(月・休)10:00～21:00
交換場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
※10/31(木)のみ3Fカードデスク

※永久不滅ポイントは、三井ショッピングパークポイントとは異なります。 ※5,000円分はセゾンカード・UCカードでお買物・お食事の際にご利用いただけるセゾンカード・UCカード専用お買物券、500円分は【ららぽーと】で交換いただいた場合は【ららぽーと】、【三井アウトレットパーク】で交換いただいた場合は【三井アウトレットパーク】でご利用お買物・お食事券となります。　※一部ご利用いただけない店舗・商品がございます。 ※お買物券には有効期限がございます。また釣り銭は出ません。

注意事項
●ポイント交換はカード名義人ご本人様のみ受付可能です。(家族カードは対象外となります) ●ポイント交換には永久不滅ポイントカードをご持参ください。●カードのご利用状況によってはポイント交換ができない場合もございます。

EXPOCITY Labでの 開催イベント

fun! fun! EXPO Workshop アソブ! マナブ! ミツケル!

アプリ会員様限定　Mitsui Shopping Park　火曜日開催!　詳細は近日公開予定

fun!fun! EXPO Workshop
1月から開催場所が、ららぽーとEXPOCITY 3F「EXPOCITY Lab」に変わりました!

10/ 1(火)「レザーカードケース作り」
10/ 8(火)「ドライフラワー&木の実のハロウィンアレンジ」
10/15(火)「秋の多肉植物寄せ植え」
10/22(火・祝)「ハロウィントッピングのタピオカドリンクソープを作ろう!」

EXPO土曜Premium　土曜日開催!
10/19(土)
①11:00～12:00 ②13:30～14:30 ③15:30～16:30
「自分だけのレザーグッズを製作体験 レザークラフト講座」
詳細はWEBにて近日公開
定員 各回10名
男女問わず(お一人・グループでも参加可)
※10:30よりすべての回の受付開始
※先着順で希望回の整理券を配布いたします。(お一人様1回限り)
参加費 1,000円　講師 もんた工房

EXPOCITY

吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららぽーとEXPOCITY
10:00～21:00(物販・フードコート・サービス・その他)、
11:00～22:00(EXPO KITCHEN)
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なる
問合せ先 06-6170-5590(代表/10:00～18:00)
最新情報はHPをご覧ください
https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/

EXPOCITY magazine
毎月火曜日3回配信中!
https://expocity.comepass.jp

●10/1(火)
「ストリートで着映える、旬のスポーツMIXコーデ」
●10/15(火)・10/16(水)
「さあ、どれにする?今すぐ着たい、期待のアウターカタログ」
●10/22(火・祝)
「人気ブランドの魅力に迫る!ダウンジャケット"モノ"語り」
※タイトルは予告なく変更になる可能性がございます。

NIFREL にふれる

Vol.41

大人の感性も刺激する、生きているミュージアム「ニフレル」。色々な目線で見たニフレルを紹介します。
地域ニュースサイトCityLife NEWSからもご覧いただけます。

CityLife NEWS で検索

10月9日の「どくの日」にちなんで、今回は「ニフレルにいる毒をもつ生きものたち」の“外敵から身を守る”毒についてお話を聞いてきました！

私が紹介します!

キュレーター
百田さん

海で踏まないように注意

ニフレルにいる生きもので最強の毒を持つのがオニダルマオコゼ！全身のマヒや呼吸困難など様々なショック症状で死に至る場合も…。そんな強力な毒も持ちながら、隠れる名人でもあります。

オニダルマオコゼ〈かくれるにふれる〉

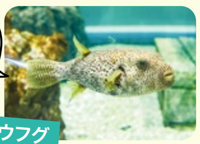
「え、あれですか?」と思わず声が出るほど、岩にそっくりで驚き！

※毒性の高い生きものは水槽にフタを設置していますので安心です。ぜひ各コーナーで見つけてくださいね。

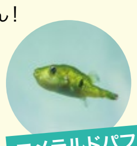
食べないようにしようね

「毒」と聞くと「フグ」をイメージする方も多いと思いますが、南アジアに広く生息するエメラルドパファーはマヒ性貝毒を持ち、人が食べると激しい筋肉痛やけいれんを起こします。斑点模様のケショウフグは食べると20分～30分で体のマヒや呼吸困難を発症し、最悪の場合は死に至るので絶対に食べてはいけません！

キレイで美しい“もよう”が印象的！



ケショウフグ〈わざにふれる〉



エメラルドパファー〈わざにふれる〉

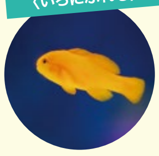
近づく魚が危険

皮膚や内臓、ヒレなど「毒」がある部位は生きものによってそれぞれです。黄色の体色をした「キイロサンゴハゼ」は体表粘液にペプチド毒があり、黒の斑点が特徴のテングハコフグは刺激を与えられると粘液毒を分泌、赤色が見るからに怪しいアデヤカキンコが触手からサポニンという毒を出します。これらの生きものと同じ水槽に他の魚を入れてしまうと死んでしまうこともあるんです。人に影響はありませんが、魚に対してはとても有毒です。

アデヤカキンコ〈いろにふれる〉

鮮やかな色やかわいい泳ぎ方にうっとり。

テングハコフグ〈すがたにふれる〉



キイロサンゴハゼ〈いろにふれる〉

NIFREL〈ニフレル〉
吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営／10時～20時　年中無休
入館料／
大人(高校生／16歳以上) 2,000円
子ども(小・中学生)1,000円
幼児(3歳以上)600円
0570-022060
(ナビダイヤル)

＼ご好評につき、価格を改定して販売再開！／
2019年度版パスポート販売中

販売期間　2020年1月13日(月・祝)まで
有効期間　2020年3月31日(火)まで
販売場所　チケット販売窓口

	通年型パスポート	平日限定パスポート
大人(高校生/16歳以上)	5,900円	3,900円
こども(小・中学生)	2,900円	1,900円
幼児(3歳以上)	1,700円	1,100円

GAMBA NEWS

北摂のJリーグクラブ
ガンバ大阪を応援しよう！

ガンバ通信

取材協力／ガンバ大阪　取材・文／吉見梨恵

プロ3年目で海外に挑戦
食野亮太郎選手 移籍会見

会見時の食野選手

8月20日、マンチェスター・シティFC(イングランド)へ完全移籍した食野(めしの)亮太郎選手(21歳)が、パナソニックスタジアム吹田で移籍会見を行った。食野選手は「中学1年生からこのクラブで育ち、すごく思い入れのあるクラブ。この苦しい時期に離れることは簡単な決断ではなかったですが、自分のチャレンジしたいという気持ちを社長をはじめクラブスタッフの方々に理解してもらい、背中を押していただいた。感謝の気持ちを持って世界で戦っていきたいです。世界にガンバの名前を残すために自分の活躍が大事だと思うので、しっかり向こうで頑張っていきたいです」と決意を話した。食野選手はG大阪ユースから2017年にトップチームに昇格しプロ3年目での海外挑戦となる。現在はハーツ(スコットランド)にレンタル移籍が決まり、9月14日には移籍後初ゴールを記録。早速活躍をみせる食野選手の今後を期待したい。

年に一度のガンバ大阪ファンクラブの祭典
「ガンバ大阪ファン感謝デー」実施

8月25日、「ガンバ大阪ファン感謝デー」がパナソニックスタジアム吹田で開催された。選手やチームスタッフがいろいろなイベント・場所に登場。約7300名のファンと盛り上がった。選手によるトークショーや生歌ライブ、ステージパフォーマンスなどで選手の意外な一面が見られたり、いつもは入れないピッチレベルや選手バス、記者会見室などが開放され、特別な体験ができるのがファン感の醍醐味だ。今年は開場から選手登場までの待ち時間にもプレイベントが用意されており、ピッチでのヨガやオフィシャルカメラマンによるカメラ講座など、より充実した内容でファンを楽しませた。閉会の挨拶では、キャプテン・三浦選手が「今日はいろいろな選手の姿を見ていただけて良かったかと思います。ホームでなかなか勝ちきれないもどかしい試合が続いていますが、スタジアムに来ていただいて今度はみなさんと一緒に喜べるように頑張りたいと思います」と締め、ファンから激励の拍手が送られていた。

ステージパフォーマンスでは、アイドルに扮した選手たちが登場。新加入したばかりのMF鈴木雄斗選手、MFコンチャ選手、FW高木大輔選手はTWICEを披露。センターで踊る完成度が高い鈴木選手のダンスに会場は大爆笑！鈴木選手がMVPを受賞していました。

レーザーサバゲー大会を楽しむパトリック選手。はしゃいでる姿がまるで少年のよう！

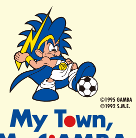
10月のホームゲーム日程
at パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ
10/4(金)19時 vs北海道コンサドーレ札幌
10/19(土)14時 vs 川崎フロンターレ

ルヴァン杯
10/9(水)19時 vs北海道コンサドーレ札幌

J3リーグ
10/6(日)14時 vsカターレ富山
10/27(日)14時 vs セレッソ大阪U-23

チケット好評発売中！
詳細・購入は ガンバチケット 検索



My Town, My GAMBA

ガンバ大阪 市民応援デー実施中！ ホームゲームをお得に観戦しよう！！

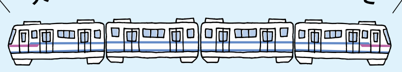
ガンバ大阪では、地域社会の活性化とスポーツ文化の振興を目的として、ホームタウン在住・在勤・在学の方を対象に市民応援デーを実施しています。対象市に在学の小中高生は無料、在住・在勤の大人の方も40%とお得に観戦いただけます。ぜひご家族・ご友人の方をお誘いいただき、パナソニックスタジアムでガンバ大阪の試合をご観戦ください。皆様のご来場をお待ちしております。

■池田市民応援デー
試合日時　11/23(土・祝) 15:00キックオフ
対象試合　明治安田生命J1リーグ 第32節 vs ベガルタ仙台
申込み期間　9/24(火)～11/6(水)
対象者　池田市に在住・在勤・在学の方
詳細は特設ページをチェック

■箕面市・豊能町・能勢町民応援デー
試合日時　11/30(土) 14:00キックオフ
対象試合　明治安田生命J1リーグ 第33節　vs 松本山雅FC
申込み期間　9/30(月)～11/13(水)
対象者　箕面市・豊能町・能勢町に在住・在勤・在学の方
詳細は特設ページをチェック

席種・価格
1 カテゴリー4(メインスタンド指定席・上層)
大人 2,100円(通常前売価格 3,500円)
小中高生 無料(通常前売価格 2,000円)
2 カテゴリー5(バックスタンド指定席・上層)
大人 1,800円(通常前売価格3,000円)
小中高生 無料(通常前売価格1,500円)
3 カテゴリー6上層(南サイド指定席・上層)
大人 1,500円(通常前売価格2,500円)
小中高生 無料(通常前売価格1,000円)

大阪モノレールからのお知らせ



モノレール沿線ぶらり 1dayチケット

ファミリーでのお出かけにお得です!!
大阪モノレールでは、毎月第3土曜日にご利用いただけるお得な乗車券を発売します(前売りのみ)。

有効区間　モノレール全線乗り降り自由
発売金額　大人600円、小児200円
(大人券1枚につき小児券2枚まで購入可能)
発売場所　大阪モノレール各駅改札窓口
有効日　10月は 10/19(土)
発売期間　10/12(土)～18(金)

EXPOCITY、ニフレル等、提携施設での当チケット呈示でお得な特典もあります。
詳しくはHPから http://www.osaka-monorail.co.jp/

万博記念公園からのお知らせ

コスモスフェスタ開催！
Cosmos Festa 2019

期間中無休

日時　10/5(土)～11/4(月・祝) 9:30～17:00(入園は16:30まで)
場所　万博記念公園　花の丘
料金　無料 ※別途自然文化園入園料が必要

万博記念公園で初めての試み 22品種約20万本のコスモスのグラデーション

澄み渡る秋の青空の下、穏やかな風に揺れるコスモスがいよいよ開花します。今年は22品種約20万本。色の濃淡が段階的に見えるように配置したため、コスモスの美しい眺望を今年はひときわお楽しみいただけます。

自然文化園の西側にある花の丘では、コスモスの苗の販売やワークショップ、ミニコンサート、カフェなどの飲食ブースも登場する「コスモスフェスタミニイベント」を開催します。イベントも一緒にお楽しみください。

ABCハウジング オータムフェスタ

イベント開催 / 11:00～17:00

※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

それいけ!アンパンマンショー

どんぶりまんトリオとデリシャス姫

10/6(日)

①13:00～
②15:30～

※ショー終了後撮影会があります
※カメラはご持参ください

観覧無料

©やなせたかし／フレーベル館・TMS・NTV

仮面ライダーゼロワンショー

©2019 石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映

仮面ライダーゼロワン 01 KAMEN RIDER ZERO-ONE

10/12(土)

①11:00～
②14:00～

観覧無料

みんなが大好きな「それいけ!アンパンマン」が登場!!

それいけ!アンパンマン ふわふわ

10/12(土)

©やなせたかし／フレーベル館・TMS・NTV

みんな集まれ! はたらく車大集合

10/12(土)

子どもたちが大好きな、あこがれの働く車がやってくる! パトカーや救急車の中を見たり、白バイに乗れる体験も♪

ワールドグルメサーカス

10/12(土) 13(日) 14(月・祝)

GOURMET CIRCUS

世界の美味しい屋台メニューをお楽しみください。

各日先着400組様に500円分の金券をプレゼント

※現金での購入も可能

中華点心 焼小籠包

韓国発 チーズドッグ / アメリカン ロングポテト / パエリア

ハローキティ ハロウィーンミニステージ

サンリオのキャラクターと一緒に楽しくトリックオアトリート♪

10/13(日)

①11:00～
②13:00～
③15:00～

©1976, 2019 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. SP600408

おひめさまごっこプロジェクト

好きなドレスやアクセサリーを選んで、プリンセスに変身しよう!

10/13(日)

①10:30～
②11:30～
③13:00～
④14:00～
⑤15:00～

各回20名様

※お子さま対象となります
※ドレスサイズは80～150cmをご用意します
※カメラはご持参ください

おしりたんてい ふめつのせっとうだんショー

©トロル・ポプラ社／おしりたんてい製作委員会

10/14(月・祝)

①11:00～
②14:00～

テレビで大人気の「おしりたんてい」がやってくる!

観覧無料

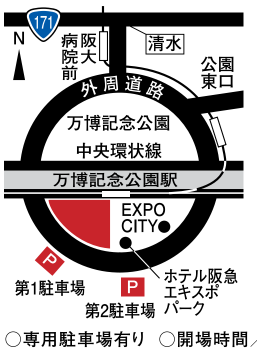
ふれあいファーム

10/14(月・祝)

※動物の体調により、体験できない場合もあります

動物取扱業者登録:有限会社ふれあいの里動物村/大阪府茨木市泉原572-1/展示/大阪府登録第79-5号/2016.6.13～2021.6.12/斉藤勝

*「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更(または中止)や予定時間前に終了する場合もあります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。



千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅からすぐ

車でお越しの方は
●万博記念公園外周道路沿い

電車でお越しの方は
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521

○専用駐車場有り ○開場時間／10:00～18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日(祝日は営業)
※水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。

主催：朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社

他にも楽しいイベントが盛りだくさん! イベント&キャンペーンの詳しい情報はホームページで ABCハウジング で検索!

ご来場プレゼント

10/1(火)→31(木) ※水曜日を除く

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。

アウトドアでもおうちでも活躍!

スキレット & カッティングボード

※写真はイメージです ※食材その他の備品は含みません

この記事をご持参で! ～プレゼント～

10/1(火)→31(木) ※水曜日を除く

さらに、この記事をご持参のうえ「住まいのアンケート*」にお答えいただいた方にステキなプレゼントを差し上げます。

moz キッチンタオル 2枚セット

※賞品は予告なく変更される場合があります。※賞品は他の情報誌の賞品と重複して受け取ることはできません。※千里住宅公園のみ有効。 CL

「読書」「学び」「子育て」。千里住宅公園の新しい愉しみ方。

ABC HOUSING

BOOK_GARDEN_FES

in ABC HOUSING 千里住宅公園

10/5(土)・6(日)

10:00〜17:00

会場までのアクセスは右ページをご覧ください

住まいのアンケートに答えていただくと BOOK_GARDEN_FESで使える500円分のチケットをプレゼント！

昨年に続いて2回目の開催となるBOOK_GARDEN_FES。カフェメニューを味わいながらゆっくりと「本」を愉しめる、新スタイルのイベントです。今回のテーマは、「読書」「学び」「子育て」。イベントハウスではこのテーマに沿った楽しく学べるセミナーを、どなたにも気軽に受けていただけます。もちろん、ロハスフェスタで人気のカフェや手作り雑貨店など、「本」とともに楽しめるブースもたくさん。今年の秋も千里住宅公園でゆったりとした時間をお過ごしください。

BOOK GARDEN FES IN ABC HOUSING 千里住宅公園

愉しみ方 1

芝生広場

TSUTAYAコラボ書店

TSUTAYA BOOKSTORE

「TSUTAYA BOOKSTORE ららぽーとEXPOCITY」とのコラボ書店が千里住宅公園　芝生広場に登場します！イベントハウスのセミナー各講師のお勧め本10選も展示販売。メインハウスの図書スペース「BOOK GARDEN」と併せてお楽しみください。

BOOK GARDEN FES IN ABC HOUSING 千里住宅公園

愉しみ方 2

ロハスフェスタの人気カフェやハンドメイドが登場！

ロハスフェスタの人気店が、本とともに楽しみたいカフェメニューや、ハンドメイドのブックカバーや栞など本アイテムを用意してくれました。あなただけのお気に入りを見つけてくださいね。

信楽窯焼きアップルパイ
現地ブース内に作ったレンガの窯で焼き上げた熱々のアップルパイ／さつまいもパイ

旅する象
ヨーグルトクリームで身体にも優しくすっきりと食べやすい、焼きたてクレープ

Nerimiricoffee
絵本の世界のようなハロウィンフロート／コーヒー／カフェオレ／ホットドッグ／ホットサンド

SomaCoffeeKyoto
無農薬栽培・自家焙煎のハンドドリップコーヒー／豆乳カフェオレ

無農薬玄米カレーコブカフェ
無農薬玄米こだわりカレー／ぷりぷり海老のココナッツミルクカレー／レモンスカッシュなど

BlueGorilla
ハンバーガー（デミグラス／タルタルほか）／イタリアンソーダ／タピオカドリンク

makko
木工雑貨／インテリア雑貨／ピアス／イヤリング／ブローチ／ミニチュア本

gincot（ギンコット）
ブックカバー／栞／トートバッグ／がま口バッグ

annamsmonde/hoppe
ブックカバー（プリント生地）／栞／くるみボタンゴム／フェイクスイーツアクセ

PUPPET座
栞／ポストカード／レターセット／文具類、布バッグ／アクセサリー／小物／ぬいぐるみなど

べいく堂
メロンパン／アップルパイ／チョコパイ／スィートポテトパイ／メロンパンラスク／ジャンボフランクパイ

インド料理AMMY
インドカレー／各種ナン／タンドリーチキン／インドビール／カティロール

菓子工房ふわり
手づくりドーナツ

Mountain&SeaWorks
販売：ブックカバーなどの革小物
WS：栞づくり

草木と花
販売：植物の標本／ドライフラワーのスワッグ
WS：アロマオイルのオーダーフレグランスづくり

greedywallstore
販売：輸入壁紙の切り売り／はぎれSET（10枚入り）
WS：栞づくり／ブックカバーづくり

Amulette
販売：手作り雑貨
WS：魔女のハーブボトルづくり／ガーランドづくり

yumyumjourney
オリジナルおやき（野沢菜、肉系、ホットク風、葱油餅風、カレー味など）

@cafe
もちもちふわふわクレープ / 台湾産タピオカドリンク

BOOK GARDEN FES IN ABC HOUSING 千里住宅公園

愉しみ方 3

予約不要 参加無料

子育て&学びセミナー

イベントハウス

イベントハウスでは、子育てと学びのセミナーを実施。どのセミナーも見逃せない内容です。ぜひお気軽にご参加ください。

10/5(土)

11:00〜 乳幼児教育のすすめ 〜乳幼児期は教育の黄金期〜

子どもが将来、どんな性格、生き方、能力に育つかは、乳幼児期の環境や育て方によって大きく変わります。この大事な時期の心と頭と体の育て方を解説します。

元公文教育研究会　主任研究員　HDI能力開発研究所　代表 藤森勝己さん

12:30〜 スポーツを頑張るわが子のための コンディショニング入門講座

子どもたちはスポーツが大好き。でも頑張りすぎて故障につながることも。そこで現在スポーツの世界で重視されているのが「コンディショニング」。まずは親御さんが学んでみましょう。

キッズ&ジュニアスポーツコンディショニング協会認定　パパママインストラクター 坂井理恵子さん

14:00〜 子育てコーチング講座 〜子どもの非認知能力を育てよう〜

IQなどで測れる力を「認知的能力」、IQなどで測れない心の力を「非認知的能力」と呼びます。毎日の親子のコミュニケーションで子どもの非認知能力を育てましょう。

マザーズスマイルアンバサダー協会　認定プロフェッショナルアンバサダー 高橋康代さん

15:00〜 読み聞かせ／絵本で育む人間力〜絵本育児のススメ

絵本をめくるワクワクとドキドキは子どもの人間力を育むとても大切な第一歩。子育てになぜ絵本が大切なのか、どんな絵本を選べばよいのか、お伝えします。

NPO法人絵本で子育てセンター絵本講師　元NHKキャスター 岡本麻友子さん

10/6(日)

11:00〜 「速読」が学力向上の決め手

成績の上がりにくい子どもに共通しているのは、問題文を読むことが苦手で時間がかかること。文章を処理する頭の使い方がポイントなんです。これを解決するヒントをお話します。

学習塾 め塾　塾長 長島宏明さん

12:30〜 サイエンスカフェ

ねぇねぇはかせ 月のうさぎは何さいなの？ 〜アポロの月着陸から50年 月の科学の最前線〜

小学生向けの講演会を通じて、「『月』は子ども達にとって最先端科学への入り口になる」と実感し、月の科学絵本を書きました。本物の月の石をお見せしながら、最先端の月の科学をお子さんにもわかりやすく解説したいと思います。

大阪大学大学院理学研究科　宇宙地球科学専攻　教授 寺田健太郎さん

14:00〜 子育てコーチング講座〜子どもの非認知能力を育てよう〜 （上記10/5(土)分参照）

15:00〜 読み聞かせ／絵本で育む人間力〜絵本育児のススメ （上記10/5(土)分参照）

BOOK GARDEN FES IN ABC HOUSING 千里住宅公園

愉しみ方 4

北摂行政 子育て情報コーナー

北摂の各行政による子育て支援などの情報コーナーです。お持ち帰りいただけるパンフレットなども。ぜひ、子育てにお役立てください。

City Life

淡路島会場

みんなの小さなエコを大きなコエに

ロハスフェスタ® 淡路島

2019 10/12 sat 13 sun 14 mon

9:30〜17:00（入場証販売は16:30まで）

ペット同伴OK!
※リードでつないでね
ワンちゃんフォトコンテストも開催します

総出展店舗数200以上

雨天決行
※荒天中止

海を望む会場でゆったりロハスな時間を

海がキレイな明石海峡公園で開催するロハスフェスタ淡路島。会場には手作り雑貨を中心に、グリーン、アンティーク、アクセサリー、健康的なグルメなどロハスなアイテムがいっぱいです。淡路島でハワイ気分を満喫できる楽しいブースや、世界のいろんな問題の解決を目指す「SDGs」コーナーも必見。美しい島で始まる4回目のロハスフェスタ淡路島で、笑顔あふれる時間を一緒に過ごしましょう。

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

1 ENISHI
出展日：全日
70年代、80年代のヴィンテージボタンで制作したアクセサリー

2 日和佐燻製工房
出展日：全日
徳島県産魚介と半熟卵、チーズなどの本格スモーク（保存料、化学調味料などは不使用）

3 tukuru Woodwork Fujimoto
出展日：全日
小さなガレージ工房で1脚1脚ハンドメイドのスツール

4 AMMY
出展日：全日
素材の水分のみで作り上げたカレー

5 ヘルシーベスト農園
出展日：全日
10度の釜で丹精に2週間熟成し、アミノ酸ポリフェノールが数倍になった黒にんにくなど

6 ブラウニー母さん
出展日：10月12日・14日
素材や製法にこだわり、健康と安全を第一に考えたブラウニー

7 はぶくしゅSHOP
出展日：全日
美しい海を自分なりに表現した貝とインスピレーションアート作品

8 KanaHa
出展日：10月14日
1つ1つを丁寧に作った、優しい色合いのオリジナル木工作品

9 tsumuguhwt
出展日：全日
国内外問わず集めた布を使って制作した、鞄や洋服

10 KAZU&kookaburra
出展日：10月12日・13日
個性あふれるオリジナル木工と、ガラスなど多素材を使ったオリジナルアクセサリー／木工とガラスのコラボ作品

11 mirage
出展日：10月14日
秋冬におすすめのファーやベロアなど冬素材を使用したアクセサリー

12 アロイ食堂
出展日：全日
自家農園で育てたハーブを使用した、日本人シェフが作る繊細な味付けのタイ料理

13 古道具ライムミックス
出展日：10月14日
フランスやイギリスの蚤の市で仕入れたアンティークピンバッジなど

14 コイケヨシコ
出展日：全日
簡素だけど使うとあたたかなぬくもりを感じる、日々の暮らしに寄り添う器

15 紀古里
出展日：全日
熊野古道の和の植物を中心に、流木盆栽、流木テラリュウム、ハンギング、自家製ドライフラワーのスワッグ、リースグッズ

16 haco+せせり工房+mashum
出展日：10月14日
流木を使用したスワッグや古材を使ったアレンジ作品

親子で楽しめる企画・ブースが盛りだくさん！

淡路島でハワイが満喫できる AWAHAWAエリアが登場！

ハワイ雑貨、ハワイアンフード、淡路島産の野菜や島のおいしいものなどが並びます。ALOHAスピリットとLOHASを感じていただき、ハワイが好きな方に喜んでいただくゾーンを展開します。ステージでは毎日フラのショーも開催します！

AWAHAWA

AWAJISHIMA&HAWAII（AWAHAWA）とは

豊かな自然、広大で優しい海、伝統文化や神話の継承、地元食材へのこだわりなど、日本の淡路島はハワイにとってもよく似ています。そのふたつの島の未来に貢献することを目標とし、淡路島とハワイの架け橋となることを目的としています。

北摂・西宮 発着 ロハスフェスタ直行！日帰りバスツアー

大人1名からでもお気軽に！ ※要予約

人気の観光地「パルシェ香りの館」と「淡路ハイウェイオアシス」にも行ける特別ツアー！各コース毎に最寄りの駅まで送り迎えしてくれるので、マイカー移動の気疲れもなし！

あそびばす

10/12(土) 北摂コース
（JR高槻・JR茨木・千里中央駅）

大　人	6,490円
小　人（3歳〜小学生）	5,490円
乳幼児（0歳〜2歳）	1,490円

10/13(日)・14(月・祝) 西宮コース
（阪急西宮北口・阪神西宮・JR芦屋）

大　人	5,990円
小　人（3歳〜小学生）	4,990円
乳幼児（0歳〜2歳）	990円

公園入園料・ロハス入場料・1ドリンクチケット（300円まで）・オリジナルトートバッグ引換券付き **計1,750円相当がお得** ※乳幼児を除く

各コース毎の集合時間や工程等の詳細、予約はコチラ！➡ もしくはロハスフェスタ淡路島のHPにて！
※最少催行人員各日30名

主催：リグロース（あそびばす）

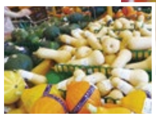
くまモン ロハスフェスタ淡路島に登場！

開催日 10/13(日)
場　所 ロハスステージ
時　間 11:30〜 登場予定です！

©2010 熊本県くまモン 協力 熊本県大阪事務所

AWAJIプラチナ農業女子による「とりたて 島の野菜市」

自然豊かな淡路島南あわじ市で、おしゃれでかわいくてカッコイイ子育て中のママFarmerたちが作る、新鮮な野菜たちが並びます。国生みの島、淡路島と大自然を次の世代にもつなげられるように、「自分らしい農業」「農業って楽しい」とPR活動を行っています。その他、「NPO淡路島の自然環境を守る会」笹田氏による有機農業の野菜も販売します。
（洲本市 五色オーガニックファーマーグループ）



みんなで美味しく食べよう 子ども食堂

開催日 10/13(日)
時　間 10:15〜整理券配布
11:00〜提供開始
※先着100名、小学生が対象

参加無料

ロハスフェスタ万博会場で大好評の「こども食堂」が淡路島会場でもOPENします！ぜひ、お立ち寄りください。

テント布（ターポリン）でつくろう！ 世界にひとつだけのマイバック

開催日 全日
参加費 500円〜1,000円
大きさによって異なります。

ロハスフェスタなどのイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくります。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつだけのマイバックをつくりましょう！

化石・水晶発掘体験ブースが、淡路島会場に初登場！

開催日 全日
参加費あり

本物のアンモナイトや三葉虫の化石、きらきらの水晶を発掘することが出来ます。あなたもこれで考古学者（!?）に。また世界中から集まった本物の化石や、宝石なども購入する事ができます。

お金ではなく想いのやりとり xChange

開催日 全日

モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、服の物々交換会です。自分ではもう着ない服を持ち寄り、思い出を「エピソードタグ」に書いて並べます。エピソードタグを読みながら、気に入ったモノがあったら、ワードローブに仲間入り。エコにおしゃれを楽しみましょう！

ロハスフェスタの取り組み

「誰ひとり取り残さない」ために、みんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

【ロハッチ®】ロハスフェスタの公式キャラクター みつばちの男の子

SDGsって？（エスディージーズ）

Sustainable Development Goals ＝ 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そしてずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きなカ。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

持続可能って？　今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

開発って？　十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病気でも病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

資源回収の取り組み ご自宅にある資源をお持ちください。

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になります。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバックを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

☑牛乳パック　☑古本
☑ダウン　☑紙袋
☑使用済み天ぷら油

SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

ゴミ減量の取り組み

マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください。

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

レジ袋＆ストローについて

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。マイバック・マイストローをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。（1つ100円）ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。なお「レンタル食器」は終了となります。

▼リユース食器は1つ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています！▲

開催日 10/12(土)・13(日)・14(月・祝) 9:30〜17:00
※入場証販売は16:30まで
※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。

場　所 淡路島国営明石海峡公園 芝生広場 [兵庫県淡路市]

会　費（入場証） 500円[小学生以下無料]　雨天決行　※荒天により中止になる場合があります。
※別途公園入園料（大人450円・65歳以上210円・中学生以下無料）が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料
※会費（入場証）と公園入園料のお得なセット券 大人800円・65歳以上700円（当日、ゲートにて販売）

公園入園料を含むお得な前売券はローソン・ミニストップ店頭Loppi、ローチケHP等で発売中。
Lコード：52995　https://l-tike.com/
（前売料金：大人700円・65歳以上600円・中学生450円）※前売券販売期間は、店頭以外の受付は10/11(金)22時まで、店頭での直接販売は10/11(金)23時59分まで。

主催：ロハスフェスタ実行委員会　共催：公益財団法人兵庫県園芸・公園協会　後援：環境省／兵庫県／淡路市／洲本市／南あわじ市／一般社団法人淡路島観光協会／淡路市商工会／国立研究開発法人宇宙航空研究開発機構（JAXA）／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／一般社団法人日本ホビー協会／神戸新聞社　協力：AWAJISHIMA&HAWAII／郡上割り箸／熊本県大阪事務所／Green Down Project／月刊ぷらっと／パソナふるさとインキュベーション／兵庫県立淡路景観園芸学校／ベネフィット・ワン／リグロース（あそびばす）　問合せ：ロハスフェスタ事務局（シティライフNEW内）　〒566-0001　大阪府摂津市千里丘1-13-23　Tel.06-6338-0641　Fax.06-6368-3505　http://event.lohasfesta.jp　フェスタ開催中の会場の様子や様々な情報の発信をこのWEBやSNSでどんどん更新していきます！会場を回りながら要チェック！

https://www.facebook.com/LOHASFESTA
https://twitter.com/LOHAS_FESTA
LOHAS_FESTA
ロハスフェスタ
公式web QRコード

◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ペグなどの使用をご遠慮いただいております。

【神戸方面より】新神戸・三ノ宮よりバスで約60分、高速舞子バス停より約15分「淡路夢舞台前」または「聖隷淡路病院前」下車

COOL CHOICE　smart move　**公共交通機関をご利用ください**

開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

[NEW STANDARD]

北摂のニュースタンダード

北摂の美味しいお店 242 店掲載

HOKUSETSU GOURMET

北摂グルメ

前号の「北摂グルメ」から約1年半を経て、北摂グルメシリーズの13冊目となる「北摂グルメ街歩き」が絶賛発売中!今回は「新店」「インスタ映え」「ロケーション」といった様々な切り口で北摂のグルメ情報を掲載。さらに、グルメ情報だけでなく、美術館、博物館、観光スポットといった地元ならではの魅力も紹介し、保存版として手元に置いておきたくなるような一冊になっています。

好評発売中
780円+税

[CURRY・RAMEN]

食べたい一杯が見つかるカレー・ラーメン

[SWEETS]

アレもコレも食べたい 魅惑のスイーツ

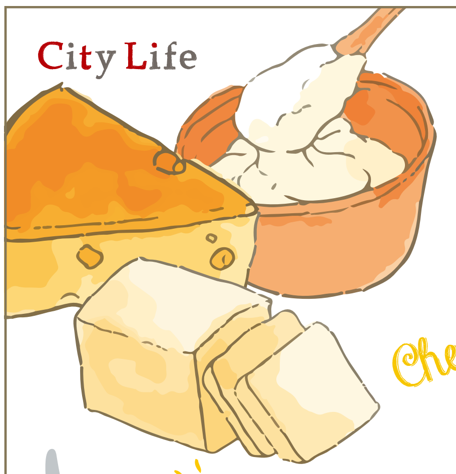
[ITARIAN]

心弾むおいしさ イタリアンを日常に

[GOURMET・ALCOOL]

美酒と美食に酔いしれる 酒場手帳

City Life



日本最大級チーズの祭典

初開催!

チーズEXPO

Cheese

2019 in 万博公園 11/9 sat./10 sun.

万博記念公園 東の広場 大阪府吹田市千里万博公園 9:30-17:00(L.O16:30)

※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます ※雨天決行・荒天中止

ピザ・チーズカレー・パスタ、チーズドック、チーズダッカルビなど、チーズを使った料理の数々。

- チーズバーガーEXPO スイーツEXPO
- 世界のチーズの販売ブース
- ロハスフェスタ 蚤の市
- Stage 音楽LIVE & 漫才

入場料:当日400円 前売300円 ※別途公園入園料必要(大人260円/小中学生80円)

※前売券はQRコードチケットとなります。詳しくはチーズEXPOホームページで http://cheese1expo.com

主催:City Life(株式会社シティライフNEW) 後援:大阪府

温泉パワーを実感! 心も体もほぐしてリフレッシュ

癒しと安らぎの湯場

源泉100% 関西屈指の大露天風呂&岩盤浴!!

おゆば温泉博士タカマツの イチ押しポイント編

イチ押し その1 **高濃度炭酸泉**

おゆばの炭酸泉は高濃度 広い露天風呂に設置 ぬるめなので、のぼせず、のんびり木々の香りを楽しみながらリラックスできる

その間に 炭酸ガスが血流を通常の7倍に 血圧を下げ体に優しく 血管を丈夫にしていくのですよ

こんな方に是非!
血行不良・高血圧・肩こり・腰痛・筋肉痛・冷え性・肌荒れ・乾燥肌・糖尿病・免疫力の増強・神経痛・リウマチ

イチ押し その2 **大露天風呂**

緑に囲まれて、療養泉(治療目的を果たせる)にゆったりと 5つの深さのスペースを楽しんで

イチ押し その3 **源泉風呂**

地下700メートルからの100%源泉かけ流し。有名温泉と同じく、鉄分が豊富なので、近場でしっかり、十分楽しめますよ

イチ押し その4 **ホットヨガ**

好きな時に気軽にいろんなタイプのホットヨガを楽しむことができる。
優しい温度の岩盤浴内でゆっくり深呼吸をしながらのヨガで発汗&代謝アップ。
ばっちりストレス解消 疲れもすっきり改善、美肌もゲット!

朝ヨガ
必要なのは"お水"だけ!
曜日ごとに楽しめる朝活を気軽に
[月・火・木・金]10時半～ [水・土]11時～
※通常岩盤浴12時～(日曜は10時半～)
月・火・木・金は1,200円水・土は1,500円

ホットヨガレッスン at 岩盤浴 週末ナイト
カップル・ご夫婦・仲間で1週間のストレス解消!
毎週金曜日 (45分)1,200円
①20時～ ②21時～
各 要入浴料

天然温泉 源気温泉 万博おゆば

入浴料金
- 大人(中学生以上) 平日 800円 土・日・祝 900円
- 小人(4才～小学生) 平日 400円 土・日・祝 450円
- 幼児(0才～3才)100円
- 岩盤浴(50分)700円

営/朝10時～深夜1時まで(最終受付0時)
吹田市千里万博公園11-11(万博公園西口第2駐車場)大駐車場完備
06-6816-2600 フェイスブック LINEやってます!

万博おゆば 10月入浴券	万博おゆば 10月入浴券	万博おゆば 11月入浴券	万博おゆば 11月入浴券	万博おゆば 岩盤浴(50分)&入浴券10・11月	万博おゆば 入浴回数券1冊購入で
通常料金より 平日50円 土日祝100円引き	通常料金より 平日50円 土日祝100円引き	通常料金より 平日50円 土日祝100円引き	通常料金より 平日50円 土日祝100円引き	ぽっきり 1,000円	入浴招待券1枚プレゼント
◎本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 〈2019年10月31日(木)まで有効〉	◎本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 〈2019年10月31日(木)まで有効〉	◎本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 〈2019年11月1日(金)～11月30日(土)まで有効〉	◎本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 〈2019年11月1日(金)～11月30日(土)まで有効〉	◎本券で1名様までご利用いただけます。※コピー不可 〈2019年11月30日(土)まで有効〉	※コピー不可 〈2019年11月30日(土)まで有効〉

3日間開催
入場無料
雨天決行
（荒天中止）

神戸で
初開催

西日本最大級、万博のカレーイベントが神戸に！

第1回
カレ〜EXPO
in ノエビアスタジアム神戸

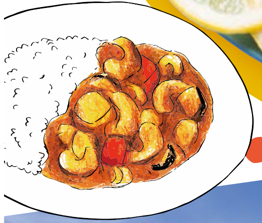
10/12（土）→14（月・祝）

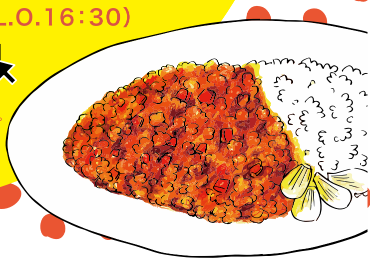
関西で有名なカレー店20店舗以上が大集合！

ノエビアスタジアム神戸 芝生広場
神戸市兵庫区御崎町1-2-2
START 9:30 〜 CLOSE 17:00（L.O.16:30）

カレーEXPO 検索

※来場の際は公共交通機関をご利用ください。
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。
※最新情報はカレーEXPOホームページでご確認ください。
※写真はイメージです。





カレーEXPO
グランプリ決定戦開催
カレーセット券に付けている投票券で、おいしいと思ったカレー店に投票してください。10月14日にグランプリから3位までをステージで発表します。

あなたの一票を
お待ちしております！

西日本最大級、万博のカレーの祭典「カレーEXPO」が神戸で開催！
マニアも唸るスパイスカレーから欧風カレーまで各日20店のカレーが楽しめます。
カレールーの提供がハーフサイズなので、食べ比べができるのもカレーEXPOの醍醐味！
同時開催のイベントも盛りだくさん。食欲の秋を満喫しに、ノエビアスタジアム神戸へGO———！

さらに盛りだくさん！
同時開催イベント

日本カレーパン協会プロデュース
カレーパンまつり
5,000個限定販売（3日間）※予定

東京で人気のカレーパンイベントがノエビアスタジアム神戸に登場！普段なかなか食べられない名店のカレーパンが全国から大集合。カレーパン好きには夢のようなイベントです。

一般社団法人
日本カレーパン協会
会長 佐藤 絵里

©一般社団法人カレーパン協会.

初企画
カレーファンに贈る夢の企画！
出店するカレーを食べ比べ、食べ放題！
カレーファン待望の企画です。

完全予約制!!

カレービュッフェ
10/14（月・祝）/ 300名様限定 ※予定

チケット購入方法

カレービュッフェにはQRチケットが必要となります。
QRチケットの購入は、City Life Shop webからご購入いただけます。
詳しくはカレーEXPO公式ホームページをご覧ください。

カレーEXPO 検索

関西の人気スイーツ店が大集合
スイーツExpo
「プーさんの満腹日記」で人気のブロガー、プーさんが選ぶスイーツ店が登場。スイーツだけでも堪能できるラインナップです。

手作り雑貨大集合！
アジアン雑貨マーケット
スパイス調味料やアジアのかわいい雑貨が登場。食後のショッピングが楽しめます。

食事テント ブースも完備
大きな芝生広場で食事が楽しめます！

無料 ＼会場内特設ステージ／
おでかけよしもと漫才劇場
カレーEXPO会場内の特設ステージでよしもと漫才が無料で楽しめる！

span!　ヒューマン中村　ギャロップ　学天即　クロスバー直撃　ジュリエッタ

【出演タレント】
10/12（土） span! ギャロップ
10/13（日） クロスバー直撃
ヒューマン中村
10/14（月・祝） 学天即 ジュリエッタ
【出演時間】
13:00〜13:45 予定

©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.

無料
音楽ステージ
関西を中心に活躍している実力派音楽アーティストが登場。
生演奏を聴きながら心地よい時間が過ごせます。

アダチケンゴ　かしもとゆか

【出演アーティスト】
10/12（土） 信政誠 アダチケンゴ
若林美樹 花房真優
10/13（日） なんかかんな Fujiko
萌々奈 chako*
10/14（月・祝） アシガルユース 木村友美
かしもとゆか 市村順平

主催：City Life 共催：神戸市交通局 協力：楽天ヴィッセル神戸
問合せ：TEL：06-6338-0641 カレーEXPO事務局（株式会社シティライフNEW内） カレーEXPO公式ホームページ http://curryexpo.com

万博会場

みんなの小さなエコを大きなコエに

LOHAS Festa ロハスフェスタ® 万博 2019 Autumn Bampaku

雨天決行
※荒天中止

1st. 11/1 fri. 2 sat. 3 sun. 4 mon. 5 tue. / 2nd. 11/15 fri. 16 sat. 17 sun.

11/16、17は「関西文化の日」。万博記念公園の入園料が無料になります！

9:30〜16:30 入場証販売は16:00まで

【ロハッチ®】ロハスフェスタの公式キャラクターのみつばちの男の子

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。

2006年秋、万博記念公園から始まったロハスフェスタ。ハンドメイドの雑貨やファッションアイテム、おうちを彩ってくれるグリーンやインテリア、肌にやさしい服や、カラダがよろこぶグルメまで、13年目のロハスフェスタ万博には、今回も、人と地球にやさしいモノ・コトがいっぱいです。そして誰ひとり取り残さないためのSDGsにも取り組んでいます。会場は美しい秋の万博公園 東の広場。ご家族、お友達と、素敵な時間をぜひ愉しんでください。

総出展店舗数 750店舗（予定）

お気入りのアイテムを見つけよう!!

こだわりの雑貨やおいしいフードなど750もの店舗をめぐろう！

1 bebetone
出展日：11/15〜17
海外セレクトの子ども服／ベビーからキッズまでナチュラル・シンプルなデザインの子ども服

2 DOT BOYS
出展日：11/15〜17
日傘、布小物、レジンアクセサリーなど

3 Bavarder
出展日：11/15〜17
オイルレザーのがま口ポーチ&バッグ・ラムレザーやピッグスエードのピアス&イヤリング、オリジナルTシャツなど

4 RIPPLE
出展日：11/1〜3
スプーンで食べる濃厚ガトーショコラ（プラック、ホワイト&チーズ、宇治抹茶、ラズベリー）

5 ルポフルール
出展日：11/1〜5
フェイクグリーンのアレンジ、クリスマス商品、ハーバリウム、ワックスプレートなど

6 Mcandle
出展日：11/2
アロマワックスサシェ、キャンドル／ふわっと優しく香る壁掛けアロマプレート

7 陶芸家 高橋燎
出展日：11/15〜17
持った感触や陶土の質感、色味にこだわったすべて一個引きで制作している一点ものの陶器

8 muguet＿muguet
出展日：11/16　フラワーアレンジメントのワークショップや、ドライフラワーのリース、スワッグ、またアーティフィシャルフラワーを使って作った小物

9 カワセミ工房
出展日：全日
足場板を使ったテーブルやイス

10 雑貨屋tocotoco
出展日：11/2
木のカメラ（おもちゃ、インテリア用）・バケツトート（帆布生地を使用）・ベレー帽などの布小物

11 アノハナ
出展日：全日
オリジナルハンドメイドスカート、バック、アクセサリー

12 Granon［自家製グラノーラ］
出展日：11/1〜3、15、17
自家製グラノーラとドライフルーツ

13 革小物Broonie
出展日：11/1〜5
とても手触りの良い革を使用した着脱式なコンパクト財布など

14 bouton à bois
出展日：11/4〜5
ドライフラワーのスワッグ、リース、ブーケ、アレンジメント単品でのドライフラワー

15 DE LA BLANCHE 1090
出展日：11/15〜11/17
グルテンフリーのシフォンケーキやシフォンラスク

16 アトリエajisai
出展日：11/3〜5
寄せ植えの新しい楽しみ方、ブリコラージュフラワー（ギャザリング）のワークショップ

親子で楽しめるコンテンツもSDGsに繋がっているよ

みんなで美味しく食べよう 子ども食堂

参加無料　各日先着200名　1 貧困をなくそう

開催日：11/3(日)・17(日)
時　間：9時45分 整理券配布開始、10時半より提供開始

今回も子どもたちが笑顔になれるようなメニューを用意します。青空の下、みんなで食べればさらにおいしい！ぜひ、お立ち寄りください。小学生が対象となります。

ロハスフェスタ キッズエコツアー

参加無料　事前予約優先制　4 質の高い教育をみんなに

ロハスフェスタの会場をロハスお兄さんと一緒にまわって、ロハスやエコについて学びましょう！参加者には参加記念のロハスフェスタキャップとロハスエコキッズ認定証を差し上げます。日程や予約方法は公式webにて近日公開予定です。

SDGsに関する クイズラリーに挑戦！ ロハッチラリー

4 質の高い教育をみんなに

出展者さんから ご提供いただいた プレゼントもたくさん 当たる！

毎日先着
大人500名、子ども500名。

資源回収や会場内に設置されたSDGsに関するクイズに回答してスタンプをゲット！スタンプの個数に応じて、プレゼント（抽選で内容決定）がもらえます。
※数に限りがあります。
※子どもはクイズのみになります。

●クイズコーナー…会場内の5カ所のクイズに答えてね。 ●お支度しましょ♪…ロハッチラリー受付でマイ食器を見せてね。●牛乳パック回収…5枚以上持ってきてね。●使用済み天ぷら油回収…500ml以上を持ってきてね。 ●ダウン回収…1枚以上持ってきてね。 ●古本…1冊以上持ってきてね。●紙袋…5枚以上持ってきてね。

お金ではなく想いのやりとり xChange

12 つくる責任 つかう責任

開催日：全日

モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、服の物々交換会です。自分ではもう着ない服を持ち寄り、思い出を「エピソードタグ」に書いて並べます。エピソードタグを読みながら、気に入ったモノがあったら、ワードローブに仲間入り。エコにおしゃれを楽しみましょう！

テント布（ターポリン）でつくろう！ 世界にひとつだけのマイバック

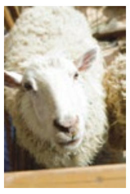
12 つくる責任 つかう責任　14 海の豊かさを守ろう

開催日：11/1(金)・5(火)・15(金)
参加費：500円～1,000円 ※大きさによって異なります。

ロハスフェスタなどのイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくります。柄は切り取る部分でさまざま。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつだけのマイバックをつくりましょう！

子どもも楽しい！ 遊具や可愛い動物がやってくる！

今回も可愛い動物たちが会場にやってきます！秋空の下、色々な動物と触れ合ってみてください。またふわふわ遊具や、ミニSLなど笑顔あふれる遊具もやってきます。ぜひ、お立ち寄りください。（参加費や実施日はコンテンツによって異なります。決まり次第、公式WEBにてご案内いたします）



小枝でつくろう！ スプーン＆フォーク

12 つくる責任 つかう責任　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

開催日：全日
参加費：300円／本

間伐材を利用したスプーン＆フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。自分だけのオリジナルスプーン＆フォークで美味しいごはんを食べましょう！

テンションHigh！ 赤ちゃんハイHighレース

開催日：11/1(金)・15(金)11時～

話題の赤ちゃんハイハイレースがやってきます！！青空の下、芝生の上、赤ちゃんとママ・パパも楽める企画です。
●事前予約優先制、当日予約は10時半より先着順でハイハイレース会場にてスタートします。

ロハスフェスタの取り組み

「誰ひとり取り残さない」ために、みんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

SDGsって？（エスディージーズ）

Sustainable Development Goals ＝ 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そしてずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きな力。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

持続可能って？　今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

開発って？　十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病気でも病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう　2 飢餓をゼロに　3 すべての人に健康と福祉を　4 質の高い教育をみんなに　5 ジェンダー平等を実現しよう　6 安全な水とトイレを世界中に　7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに　8 働きがいも経済成長も　9 産業と技術革新の基盤をつくろう　10 人や国の不平等をなくそう　11 住み続けられるまちづくりを　12 つくる責任 つかう責任　13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう　16 平和と公正をすべての人に　17 パートナーシップで目標を達成しよう

資源回収の取り組み ご自宅にある資源をお持ちください。

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になります。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバックを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

☑ 牛乳パック　☑ 古本
☑ お酒の紙パック　☑ 紙袋
☑ ダウン
☑ 使用済み天ぷら油

SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

ゴミ減量の取り組み

マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください。

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

レジ袋＆ストローについて

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。マイバック・マイストローをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。（1つ100円）ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。なお「レンタル食器」は終了となります。

▼ リユース食器は1つ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています！▲

場　所　万博記念公園・東の広場［大阪府吹田市］　雨天決行　※荒天により中止になる場合があります。
日　時　1st 11/1(金)・2(土)・3(日)・4(月・振休)・5(火)　2nd 11/15(金)・16(土)・17(日) 9:30～16:30 入場証販売は16:00まで
会　費　350円［小学生以下無料］　※万博記念公園自然文化園への入園料が別途必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料
※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます。
主　催　ロハスフェスタ実行委員会／シティライフ
後　援　環境省／大阪府／吹田市／国立研究開発法人　宇宙航空研究開発機構（JAXA）／関西テレビ放送／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／一般社団法人日本ホビー協会
協　力　大阪モノレール／郡上割り箸／Green Down Project／ベネフィット・ワン（2019年9月13日現在）
問合せ　ロハスフェスタ大阪事務局（シティライフNEW内）
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　Tel.06-6338-0641　Fax.06-6368-3505

ロハスフェスタ 公式WEB

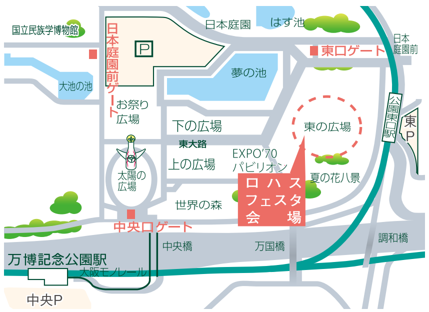
フェスタ開催中の会場の様子や様々な情報の発信をこのWEBでどんどん更新していきます！会場を回りながら要チェック！

ロハスフェスタ　検 索

LOHASFESTA
LOHAS_FESTA　LINE@ ロハスフェスタ

ロハスフェスタメルマガ会員募集！

次回の開催予定や出展募集など色々な情報を発信。登録は簡単。QRコードを読み込んで、登録されるメールアドレスを入力して送信してください。@citylife-new.comから登録完了の自動返信が届きますので、ドメイン設定をお忘れなく！PCからでももちろんOK！ぜひ、ご登録ください。



公共交通機関をご利用ください

■阪急宝塚線・蛍池駅　■地下鉄御堂筋線・千里中央駅　■阪急千里線・山田駅　■阪急京都線・南茨木駅　■地下鉄谷町線・大日駅　■京阪本線・門真市駅　それぞれから大阪モノレールへ乗り換え　万博記念公園駅下車

◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ペグなどの使用をご遠慮いただいております。

イベントアルバイトスタッフ募集！

シティライフが主催・運営する「ロハスフェスタ」「カレーEXPO」「ラーメンEXPO」などのイベントをお手伝いいただける元気なアルバイトスタッフを募集します。いっしょに地域イベントを盛り上げていきませんか？

定員になり次第締め切りますので、できるだけお早めにご応募ください。

上記フォームよりご応募ください。（QRコードからも応募できます）後日、ご連絡致します。
https://ssl.form-mailer.jp/fms/6f34c2e3494921

仕事：会場設営、誘導、受付、会場運営など
時給：1,000円（交通費別途支給・昼食付）

お問合せ：シティライフNEW イベント事業部
摂津市千里丘1-13-23　TEL06-6338-0641

おいしいパンを探して

栗やかぼちゃ、さつまいもなど秋の食材を使った、旬なパンを紹介します。秋ならではの味わいを愉しんで。

The Bread Issue

A

かぼちゃとよつ葉クリームチーズのタルト 230円
※在庫切れの場合あり

安納芋ロール 160円

渋皮栗のモンブラン 270円

甘栗のツイスト 190円

最高品質の素材が生み出す秋の新作

北海道産小麦「春よ恋」「ゆめちから」をメインに使用した風味豊かなパンが常時80種類以上並ぶ人気店。卵や牛乳など素材から厳選し、丁寧に作り込まれていく1品1品に、遠方からのファンも多く店内は賑わいを見せている。10月は安納芋や栗、契約農家直送のオーガニックかぼちゃなどをふんだんに使用した新作パンで秋の味覚を楽しんで。

C

パン好きを魅了するこだわりが詰まった品々

原料からこだわり抜いたパンがズラリ。新作の「チョコクリームパン」はふわっふわの生地にチョコを混ぜた甘さ控えめのカスタードクリームが入っている。発酵バターを織り込んだ「マロンデニッシュ」は、マロンクリームと渋皮マロンがトッピングされた秋の定番人気パン。ワインにも合う「クランベリーとカシューナッツ」もおすすめ。

チョコクリームパン 190円

マロンデニッシュ 300円

クランベリーとカシューナッツハーフ350円

B

また食べたくなるおいしさ テレビ取材も受ける人気店

紫いもパン 150円

地元の人から愛され続けるトラム。北海道産小麦を使用したパンは、どれも素朴で毎日食べたくなる味わい。新作の「紫いもパン」は沖縄産紅いもを使い、優しい甘さでおやつにぴったり。ベーコン、しめじ、まいたけと茸づくしのピザも登場。

きのこピザ 180円

E

ひと手間かけた遊び心ある「おいしさ」

マロンスコーン 182円(税別)

じゃがバタベー 218円(税別)

有名ベーカリーで修業を積み、毎日でも通えるようリーズナブルなパンを提供する同店。驚くほどのしっとり感を持つスコーンは同店人気商品で新作の「マロンスコーン」は香りも豊か。「じゃがバタベー」はベーコンとコショウを練り込んだ生地にじゃがバターがごろっと中央に。

D

元パティシエの技が光る季節のパンが目白押し

オサツデニッシュ 220円

スイーツ感覚で食べたくなる秋の新作パンが登場！ あっさりした生地の中に粒入りのマロン餡が入った「もちもちマロンアン」。かぼちゃのブリオッシュは、中にはかぼちゃの粒入りの餡が入っている。冷やしても硬くならない特別なブリオッシュとして人気シリーズだ。さつまいもの甘露煮がのったデニッシュもサクサクと美味しい。

かぼちゃのブリオッシュ 180円

もちもちマロンアン 150円

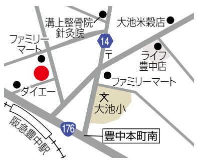
A

Boulangerie Calin
〈 カラン 〉

箕面店
箕面市西小路3-1-15
営／8時半～18時半
日・祝定休
072-720-6569

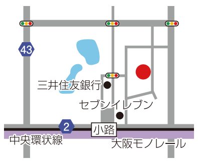
A

豊中本町店
豊中市本町3-1-1
営／9時～21時
日・祝定休
06-4865-6569



A

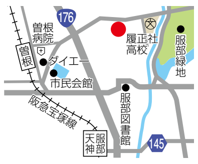
豊中少路店
豊中市少路1-11-20
営／9時～20時
（日祝19時）
日・祝定休
06-6855-6569



B

Boulangerie Tram.
〈トラム〉

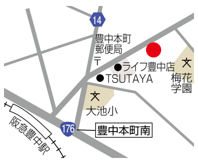
豊中市長興寺南4-2-1-103
営／7時～18時
月・火曜定休
06-6862-5857



C

Le Boulanger YOSHIHIRO IKEDA
〈 ヨシヒロ イケダ 〉

豊中市本町6-7-9
ツインワダ103
営／7時半～19時半
金曜定休　P有り
06-6151-2729
※電話予約可



D

BAKERY KAKINOKI FACTORY
〈 カキノキファクトリー 〉

吹田市山田西1-37-11
吹田コスモスリー1F
営／8時～18時
金曜定休　駐車場完備
06-6155-9377

E

パン工房 あい

豊中市岡町8-17
営／月～金　8時～18時
（イートイン17時半まで）
土　祝 10時～18時
（イートイン17時半まで）
日曜定休
06-6842-7112

Home-Roasted Coffee

違いを楽しむ

北摂の自家焙煎コーヒー

パンと相性抜群のコーヒー。産地・豆の種類で風味が変わるのはもちろん、
焙煎具合でも酸味や苦味など味わいが変わってきます。
今回は自家焙煎にこだわるコーヒー店に、おいしいコーヒーの楽しみ方を教えてもらいました。

CHECK 01

今、注目のネルドリップで豆本来の旨みを感じてみよう

ペーパードリップに比べ、豆が持つ本来の旨みがより濃く抽出されるというネルドリップ。「少し手間がかかるけれど、滑らかな舌触りで深い味わいが楽しめますよ」と話すのは、豊中で自家焙煎コーヒー店を営むチッポグラフィアの山崎さん。自宅でできるネルドリップの方法を伺った。

| 淹れ方 |

1. お湯に通したネルを絞り、コーヒー豆（1杯200ccあたり約30g）を入れる。「ペーパードリップの時よりもやや細かく挽くのがポイント」。
2. 最初の1分は下から垂れない程度に、中心にゆっくり置く感覚で点々と止めることなくお湯を浸していく。「この1分間がいわゆる"蒸らし"の工程です」。
3. ある程度コーヒーが下に落ちてきたらペーパードリップ同様、全体にお湯を注ぎます。「最後まで落とさず必要量でネルをはずしてください」。

コーヒーは嗜好品なので気軽に楽しみましょう！

TIPOGRAFIA 店主・焙煎人
山崎さん

世界最大のコーヒー豆の産地であるブラジルが大好きだという山崎さん。店頭では毎朝早くから少量ずつ丁寧に焙煎した一杯が味わえる。

ネルドリップにもおすすめの豆

▶インドネシア
マンデリンセブンステラ
100g / 500円
200g / 1,000円

クリアで心地よい苦味とコク。「アジアの大地を感じさせるエキゾチックな風味をお楽しみください」。

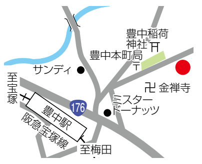
▶ブラジル
ショコラピーベリー
100g / 500円
200g / 1,000円

ナッツのような風味と甘味、チョコレートのような程よい苦味。「香り・ボディ感ともにバランス良く仕上げてます」。

▶コロンビア
ウイラ グランドロック
100g / 500円
200g / 1,000円

明るいふくよかな酸味、ベリー系のフレーバー。「後味には程よい甘さが味わえる、店で一番の浅煎りです」。

チッポグラフィア
豊中市本町6-7-7
営／11時〜19時　月曜、第3日曜定休
☎06-6849-6688
http://www.tipografia.sakura.ne.jp



CHECK 02

ブレンドの違いで味の変化を楽しんでみよう

焙煎以外にもブレンド方法で微妙なバリエーションが生み出される。「プレミックスとアフターミックスという方法があり、同じ豆でも焙煎の前後どちらでブレンドするかでまた味わいが違ってきます」と北摂焙煎所の宮崎さん。知っておくと、より深くコーヒーが楽しめそうだ。

ブレンドの2種類

プレミックス
焙煎する前、生豆の段階でブレンドする方法。安定した香味が楽しめる。

アフターミックス
焙煎後にブレンドするため、微妙な調整で特性を生かした焙煎ができる。

ブレンドとシングルオリジンの飲み比べも試してみて！

北摂焙煎所 オーナー・焙煎人
宮崎さん

独学で焙煎を学び、箕面に自家焙煎コーヒー店をオープン。宝塚にオープンしたばかりのALOHA CAFE Pineappleでも宮崎さんがメニュー監修を務め、おいしいコーヒーを提供する。

nuit
100g / 540円
200g / 970円

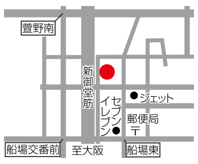
プレミックスブレンドで仕上げた、濃厚でコクのある味わい。「ミルクを加え、オレなどで食後のデザートや夜のケーキにも合いますよ」。

Elsalvador
100g / 650円
200g / 1,100円

あえてブレンドはせずにブルボン種100％を使用したシングルオリジンコーヒー。マイルドで飲みやすく、ローストナッツのようななめらかな苦味が特徴。

ロースター
こだわりの焙煎法に最も適した半熱風式のロースターを使用。

北摂焙煎所
箕面市船場東1-2-20ウォールマンビル3F
営／8時〜19時　第3木曜定休　P7台（カード式）
☎072-726-2266
http://hokusetsu-baisen.com



CHECK 03

個性豊かな焙煎人が様々な豆をご紹介。好みの豆を探してみよう。

砂糖やミルクがなくてもおいしい口当たりの優しいコーヒー

ぜひ最初はそのままで味わってください！

かみかわ珈琲焙煎所 店主・焙煎人 河上さん
豆本来の風味と生産者の想いを大切に、日本人の嗜好に合った味作りに取り組む。CQI認定Qグレーダー。

かみかわ珈琲焙煎所
豊中市曽根東町5-10-1
営／10時〜19時
P1台（ジュエル曽根東の15番）
月曜定休(祝日の場合は翌日休み)
☎06-6842-9860
https://www.kamikawacoffee.com

▶とよなかSONe
ブレンドコーヒー 中煎り
100g / 648円、200g / 1,296円

豊中市曽根で生まれたオリジナルブレンド。「豊中の穏やかな日常を表現したマイルドなタイプです」。

▶グァテマラ
深煎り
100g / 702円、200g / 1,404円

グァテマラ最古の生産地アンティグアから入荷。「雑味ないクリアな口当たりと、じんわりと続く甘い余韻で女性人気No.1」。

▶ケニア
浅煎り
100g / 756円、200g / 1,512円

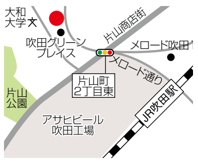
ジューシーな果実味あふれる、アフリカのトップスペシャルティコーヒー。「当店で人気急上昇中の豆です」。

店内での飲食、テイクアウトもOKです！

COLINA COFFEE 店主・焙煎人
岩田さん

スペシャルティコーヒーの美味しさに惹かれて地元・吹田市でスペシャルティコーヒー専門店をオープン。

コリナコーヒー
吹田市片山町2-11-70
営／10時〜19時
月曜、第1・3日曜定休
☎06-6318-6557
http://colina-coffee.com



各国の個性豊かな豆が揃うスペシャルティコーヒー専門店

▶COLINA BLEND
100g / 600円（税別）
200g / 1,100円（税別）

ナッツやビターチョコのような甘み、少し冷めるとベリーのようなマイルドな酸味。「バランスのとれたオリジナルブレンドです」。

▶エルサルバドル
サンタ マリア
100g / 650円（税別）
200g / 1,200円（税別）

キャラメル、バニラのような甘みとクリーミーさがあり、後味がクリーンなコーヒー。

▶エチオピア
グジ ゲイシャ ゲレザ農園
100g / 800円（税別）
200g / 1,500円（税別）

ナチュラル精製による華やかさとコクのあるボディー感、洗練されたフレーバー。「希少価値が高い豆です」。

＼ グルメの街で 見つけた 絶品Menu ／ 北摂のおすすめグルメ Gourmet

（上）サンマは焼き、刺身、天ぷら、フライから2種選べる。ご飯、味噌汁、小鉢もセットに。

大阪府中央卸売市場 仲買直営 リニューアル後も「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」

新米の炊きたてご飯に焼きたての旨い秋刀魚の定食「旬の北海道産生秋刀魚定食」（1,380円）が登場。さらに「旬の秋刀魚とイクラちゃんセット」（1,780円）も。10/5（土）6（日）の2日間はリニューアルオープン第一弾「銀蔵祭り」開催。定食lunch1,000円～!小野原店本店は改装工事の為、9/27～10/4まで休業。※10/5～営業。

Menu

今月のおすすめ一品
- 新物秋刀魚お造り、天ぷら、フライ、塩焼き …………各480円
- 旨いイクラ（salmonキャビア）小鉢…680円 ● イクラ丼…1,380円

「リニューアルオープン祭り」第一弾は5（土）6（日）の2日間、第二弾は19（土）20（日）の2日間、第三弾は26（土）小野原本店限定篠田鮮魚バイヤーによる鮮魚激安販売を開催!

銀蔵〈ギンゾウ〉
営／昼10時（箕面駅前店は11時）～15時（LO14時半）
平日夜 18時～21時半（LO21時）日祝夜 17時～21時半（LO21時）
土・祝日前夜 17時～22時（LO21時半）

【小野原本店】
箕面市小野原東5-2-1
Pあり 禁煙
☎080-1400-3527

【箕面駅前店】（予約可）
箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105
Pなし（近隣に有料Pあり） 禁煙
☎080-3846-7899

ハワイアンロコモコバーガー 1,280円（税別）

テレビでも紹介された人気のハワイアンロコモコバーガー

シティライフ読者限定で「ロコモコ祭り」が延長!「イベリコ豚のロコモコパスタ」「ハワイアンロコモコバーガー」「BIGハンバーグロコモコ」「ガーリックシュリンプロコモコ」「チキンロコモコ」「マグロ&サーモンポキロコモコ」を注文で通常+480円のデザートセットが、セット価格1,500円（税別）で提供。最大360円もお得に。

Menu
- BIGハンバーグロコモコ …………………… 1,380円
- マグロ&サーモンポキロコモコ …………………… 1,180円
- モチコチキンロコモコ 1,180円

※価格は全て税別

特典

「シティライフを見た」で対象のロコモコメニュー+デザートセット（好きなパンケーキorマラサダ+ドリンク）が**1,500円**
※税別、10月末まで

サンマハロ箕面小野原店
Hawaiian&CurryRestaurant
箕面市小野原西3-28-19
営／11時～22時（LO21時半）無休、P20台　インスタもチェック
☎072-737-7888

（上）多彩な料理が揃い、見た目も味も楽しませてくれる。

（左）店内のイメージパース。上質な空間でいつもと違った時間を楽しもう。

江坂の東急REIホテルが装いも新たに一味違う新スタイルのブッフェレストランに

9月25日に「大阪のにぎわいを創出したレストラン EMONDEL（エモンデル）」がオープン!ブッフェスタイルながら平日のディナータイムは客席のゲストの目の前でお肉やベーコンをカットしてくれるサービスが特長。その他、時間や曜日ごとに異なるメニューを目の前で調理するパフォーマンスやこだわりの野菜を数多く取り揃えたサラダバーも。店内は大きなソファ席が並ぶ落ち着いた雰囲気でゆったりとした時間を楽しむことができる。この秋、訪れたい一押しのお店だ。

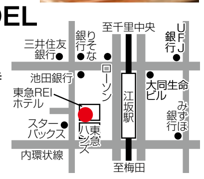
Menu
- 平日ハーフバイキング……大人1,350円～（ランチのみ）
- 平日ディナーブッフェ…… 3,800円/1名
- 土日ランチバイキング… 大人1,650円、シルバー1,500円 小学生880円、幼児440円
- 土日ディナーブッフェ……大人3,480円、シルバー3,080円 小学生1,500円、幼児1,000円 ※3才以下は無料

※アルコール飲み放題も有。詳細はホームページへ

特典

予約時に「シティライフを見た」で （10月末まで）
- ディナーブッフェ飲み放題利用で**30分延長サービス**
- ランチブッフェ利用で**デザート1品（シューアイス）サービス**

Delicious Kitchen EMONDEL
吹田市豊津町9-6
新大阪江坂東急REIホテル2F
営／11時半～14時半、17時半～22時
（平日は18時～22時）
☎06-6338-4095
EMONDEL で検索



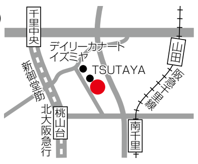
そのままで、出汁でと2度楽しめる。季節のわっぱ飯ご膳1,250円

宴会は最大50名までOK!みんなで美味しい料理を味わおう。

グランドメニューがリニューアル ママ友ランチや宴会にもオススメ

旬の素材を活かし和を中心とした創作料理を楽しめる同店。今秋のオススメは、脂がのった秋鮭といくらのわっぱ飯。サーモン造りや海老と野菜の天ぷらなどがついたお得なセット。また10月からグランドメニューがリニューアル!おつまみアジフライ、漬物タルタルのとり天などおつまみカテゴリーがさらに充実。広々としたテーブル席や座敷、掘りごたつ個室も完備なので、仲間と一緒にゆったりくつろいで。

ごちそう村 豊中上新田店
豊中市上新田4-29-3
営／ランチ11時半～15時（LO14時半）
ディナー月～金、祝前日
18時～22時半（LO22時）
土日祝日17時～22時半（LO22時）
金土祝前日は～23時半（LO23時）
P有り
☎06-6155-4147



Menu
- <限定10食>週替わりプレートランチ …………… 980円
- <限定15食>おすすめ膳 ……………………1,350円
- 当日飲み放題……………………………1,500円

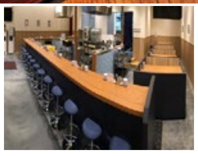
特典

この記事持参で
- <昼のみ>980円以上のご膳 ………………… **100円OFF**

※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可
- <夜のみ>お会計より ………………………… **10%OFF**

※割引上限1,000円/他券併用不可
※全て税別 （10月末まで）

箕面本店



吹田グリーンプレイス店

限定メニュー「山の秋定食」が登場 秋刀魚を天ぷらで楽しもう

天ぷらとみそ汁、ご飯が付いた定食が食べられる「天ぷらの山」。おすすめは「山の秋定食1,100円（写真左）」で秋刀魚や鯵、海老2尾、玉ねぎ、レンコン、なすが楽しめる内容だ。「そば」も人気で、ご飯とみそ汁の替わりに大そばにするか、定食に小そばを付けることができる。いずれも+100円。どちらの店舗でも終日提供されるようになった。ぜひ一度食べてみて。

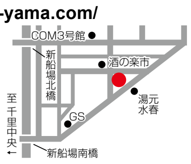
Menu
- 野菜定食（季節の野菜7種）690円
- 海老定食 ………………… 730円 （海老・キス・イカ・野菜3種）
- 山定食 ………………… 930円 （海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種）
- 穴子定食………………… 950円 （穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種）

特典

この記事持参で
蒸しプリンをサービス
（平日のみ、箕面本店のみ、数量限定、10月末まで）

天ぷらの山 http://yama-yama.com/

【 箕面本店 】
箕面市船場東3-9-2-1F
営／10時～21時（LO20時半頃）
全62席（カウンター38席、テーブル4席）
店舗前専用駐車場全11台 不定休
☎072-730-2290



【 吹田グリーンプレイス店 】
吹田市片山町2-3-3
営／11時～21時（LO20時半頃）
全45席（カウンター21席、テーブル4席）
施設内駐車場有 不定休
☎06-6389-1190

（上）うの花御膳（ランチのみ）※写真は9月のうの花御膳。1日に必要とされる30品目を味わうことができる。彩りも豊か。

（下）おせち（4人前）23,000円（税込）。12/31朝10時以降の引き取り。数量限定

季節の食材を30品目味わえる創作和食「おせち」の予約も開始

華やかな創作和食で多くのゲストを魅了している「うの花」。穴場的存在のお店で、落ち着いた雰囲気の中、産地を厳選した旬の素材を使用し、調理法にも工夫を凝らしたヘルシーな料理をゆっくりいただける。20年以上和食に携わる料理長が繰り出す創作料理をぜひ堪能して。ランチは要前日予約。

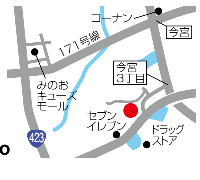
毎年人気のおせちも予約を開始。煮物や酢の物、焼き物など4人前を三段にしてお重に盛り込まれている。数量限定、予約は電話にて。

Menu
- お昼のランチ………2,000円
- 法事や祝い事などは3,000円～
- ディナーも2,000～3,000円とリーズナブルな価格

特典

この記事持参で（10月末まで）
- うの花御膳 2,500円→**2,300円**
- お子様ランチ **1,000円**
- ディナー**5%OFF**

うの花
箕面市今宮4-9-21
営／11時半～14時
（ランチは予約のみ）
17時～22時
☎072-726-5433
http://www.unohana.info



(上)プレミアムクリームチーズケーキ…1カット/500円、ホール/2,000円（税別）

店内は焼き菓子なども豊富に。デコケーキは誕生日やお祝いにぴったり。

10周年の節目に誕生「究極」のチーズケーキ

10周年を目前に控えたハートフルから、この先同店の代表作になるであろう「プレミアムクリームチーズケーキ」が登場。とにかくチーズをふんだんに使用し濃厚だが甘過ぎない一品。アプリコットジャムの爽やかな酸味とドイツワインによる豊かな香りに大人も満足。アルコールは飛ばしているので子どもも安心だ。

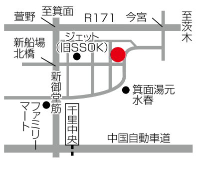
特典

この記事を持参で、
- 「プレミアムクリームチーズケーキ」が**10%OFF**

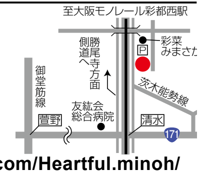
ホール2,000円→**1,800円**、1カット500円→**450円**
（10月末まで、他券併用不可、来店前に在庫確認を）

Heartful〈ハートフル〉

[西宿本店]
箕面市西宿3-16-1
西宿ファミリーハイツ1FA号
営／10時～19時
月曜定休 Pあり
☎072-727-0810



[彩都店]
箕面市彩都粟生南1-16-26
営／9時半～18時
月曜定休 Pあり
☎072-727-3780
https://www.facebook.com/Heartful.minoh/



バーガーランチ1,390円～。オリジナルバーガーに、ポテトやサラダなど7種のサイドメニュー、ドリンクから3種を選べる。バーガーの種類も豊富!

（右）テイクアウトBOX1,500円（6種から選べるバーガー+フライドポテト&オニオン+チキンナゲット）

箕面にOPEN 黒毛和牛100%の本格派バーガーショップ

NEW OPEN

「コハク」のバーガーは素材のこだわりが徹底している。国産黒毛和牛のみを使用し、食べ応え十分!豊中のブーランジェリー「スリール」に特注したバンズと新鮮野菜がさらに旨みを引き出している。バーガーはテイクアウトOKのため自宅や公園などのおでかけにもぜひ。他にサーロインステーキやローストビーフ丼などもスタンバイ。個室もあるため子連れママやパーティにもオススメ。予約もOK。

インスタ更新中

Menu

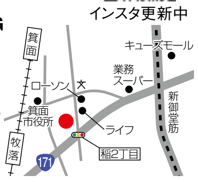
- ランチメニュー………… 900円～
- オリジナルバーガー……… 940円
- チーズバーガー ……… 1,100円
- ベーコンチーズバーガー 1,320円
- ホットドッグ ……………… 550円
- ローストビーフ丼 ……… 1,630円

特典

「シティライフを見た」で
- トッピング1品無料orワンドリンクサービス

（トッピングはチーズもしくはエッグから選べる、10月末まで）
※価格はすべて税込み

BURGER+CAFE DINING
KOHAKU〈コハク〉
箕面市牧落3-9-12　P2台
営／11～20時(L.O.20)
月曜定休（祝日の場合、翌日定休）
禁煙（15時以降喫煙可）
072-703-6503



10月12～15日の4日間は梅田阪神百貨店に出店 素材をいかしたこだわりパン

早い日は午前中で売り切れてしまう山食。オープン以来人気No.1の商品。

北海道産小麦ゆめちからを生地に使い、ふわっふわに仕上がっている。温めて食べたときのとろっと感を楽しんで。

フランス産最高ランクのチョコレートを使用。カカオの風味豊かな大人向けブレッド。

モダンな雰囲気の店内。80種類以上のパンがズラリ。

「全てにおいて最高級」にこだわるNIJUGO。味の決め手となる小麦粉は、フランス産・カナダ産・北海道産、北海道産石臼全粒粉など最高品質を厳選。マーガリンは一切使わず、北海道よつ葉バターとよつ葉生クリームを使用している。人気の「ふわとろチーズ」は驚くほどのふわふわ感がやみつきに!しかも、少し温めた時のトロッと感がたまらない! 中のチーズがトロトロに。10/12（土）、13（日）、14（月・祝）、15（火）に梅田阪神百貨店1階に出店するので、この機会に足を運んでみては。

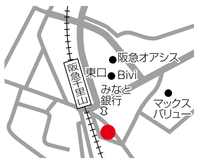
登録20秒!ポイントカードいらずのお得なレシートクーポン発行中。
500円で1ポイント、
20ポイント集めて**500円割引**
※詳しくはスタッフまで

Menu

- NIJUGO山食 ……………………… 450円
- NIJUGO-ショコラ ………………… 290円
- NIJUGO　ふわとろチーズ……… 260円
- シュガーバター ……………………… 180円

※全て税別

NIJUGO〈ニジュゴ〉
吹田市千里山東2-28-2
営／10時半～19時
日・月定休、10/11（金）～10/16（水）休み
06-6388-0058
Instagram：@nijugo_25



月替わり秋の収穫祭ランチ

税抜2,000円～（※平日ランチ限定／前日までの要予約）

食欲の秋、旬の食材を使った特別メニューが新登場!定番のステーキ、特製ハムはそのままに、遊び心をプラスした前菜はここでしか味わえないメニュー。新しい三田屋をお愉しみください。

三田屋ハムサラダ・アールグレイとかぼちゃのムース（レモンとマスカルポーネのソース）・ビーフコンソメスープ・ステーキ・ご飯・梅干し・季節のデザート・コーヒー又は紅茶

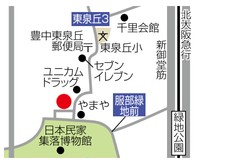
～前菜が毎月変わります～

- 10月 アールグレイとかぼちゃのムース（レモンとマスカルポーネのソース）
- 11月 エリンギのパスタ見立て 三田屋ハムのカルボナーラ

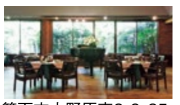
ステーキ 三田屋本店 www.sandaya.com/　営／11時半～22時（L.O21時）

豊中

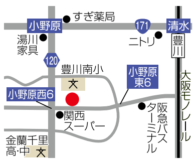
豊中市西泉丘3-8-12
P有　服部緑地北側
06-6867-6780



箕面小野原



箕面市小野原東3-9-35
P有
072-728-7878



上:自家製西京みそ漬け銀だら定食[みそ漬け銀だら、お造り、小鉢3種、ごはん（昼のみ十六穀米or白米）、味噌汁、香の物]左下:一匹一匹丁寧に味噌漬けすることで、旨味が増す。右下:さんま定食[さんま、さんまのお造り、小鉢3種、ごはん、味噌汁、香の物]

秋は「銀だら」「さんま」がおすすめ 旬の美味しい魚は一豊で

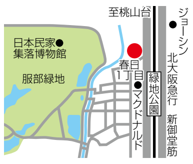
"本当に旨い魚"をリーズナブルに愉しみたいなら、毎日大阪中央卸市場から旬な魚を仕入れている一豊へ。「自家製西京みそ漬け銀だら定食」は、西京みその白味噌と田舎味噌を合わせた一豊オリジナル味噌を使用。店で3日間漬け込むことで、身がふっくらジューシーに!「おまかせ定食」なら、日替わりでハマチ・サーモン・カラスカレイ・メカジキいずれかの味噌漬け定食が味わえる。また、魚の旨味を最大限に引き出すといわれる灰干熟成のさんまを使った「さんま定食」は、食通も唸る程の美味しさ。脂がのった秋の味覚を、友人や家族とぜひ愉しんでほしい。

Menu

- 自家製西京みそ漬け銀だら定食 ……………… 1,600円
- おまかせ定食 ……………………………… 1,300円
- さんま定食 ………………………………… 1,300円
- 昼のみ定食(全8種) ………………………… 1,000円
- 季節の旬魚コース（前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート） … 3,200円

※全て税別　※詳しくはホームページにて

魚食処　一豊 服部緑地公園店〈かずとよ〉
吹田市春日1丁目1-1
TATSUMI緑地公園101
営／昼11時～15時（LO14時45分）
夜17時～22時（LO21時45分）
月曜定休（月曜が祝日の場合翌火曜休）
駐車場3台あり　禁煙（店外に灰皿）
06-4798-5113
http://www.ichi-ho.co.jp



シティライフグルメフォトコンテスト

インスタに投稿して景品GET!

最新号に掲載のお店で撮影しよう

step 1 フォローする
@citylife_gourmet
シティライフ公式インスタグラムアカウントフォローはこちら!

step 2 撮影する
最新号に掲載のあるお店の料理写真ならOK!

step 3 投稿する
「#シティライフグルメ」「#撮影店舗名」指定の2つのハッシュタグをつけて投稿する!

フォトコンテストに参加していただいた方の中から毎月3名様に特別招待券をプレゼント!!

お問合せ詳しくは特設ページへ

Sweets festival

丹（まごころ）の里 丹波三宝 丹波栗・丹波黒大豆・丹波大納言小豆

スイーツフェスティバル 2019

丹波三宝（丹波栗・丹波黒大豆・丹波大納言小豆）を使った和菓子・洋菓子が集まる、年1回のフェスティバル!カフェスペース&お茶席も併設されているので、その場で食べることもできます。スイーツ好きにはたまらない1日です!!

とき　**10月27日（日）**
ところ　午前10時～午後3時
丹波市立柏原住民センターアリーナ特設会場
（丹波市柏原町柏原5528）
※小雨決行

ようかん作り
丹波栗ようかん手作り体験
丹波栗・大納言小豆を使った、ようかん作りを体験しよう!
①10時半～、②11時半～、③12時半～、④13時半～
所要時間:約40分、参加費:900円（税込）
各回先着24名（当日会場で受付）

栗

和のモンブラン
夢の里 やながわ

黒豆

丹波黒豆シフォン～都～
Hiro 正栄（正栄堂）

小豆

丹波大納言小豆あんぱん
パンの蔵 穂音（ほのん）

その他も多数出店

主　催:丹波市・丹波三宝スイーツフェスティバル実行委員会
問合せ:丹波市観光協会 丹波市柏原町柏原1 ☎0795-72-2340
詳しくは丹波市観光協会のWEBサイトにて! →

1日に必要とされる1/3量(5.7g)の食物繊維が摂れるVEGE PLATE。丸の内タニタ食堂減塩みそで仕上げた「長いき味噌汁」は、ダイエットや美肌などの効果も期待できるそう。

おいしく食べて健康に「タニタカフェ®」監修のコラボカフェ

NEW OPEN

人気だったニノーバル・ウォッシュ・カフェが、タニタカフェ®とのコラボレーションカフェとしてリニューアルオープン！タニタの管理栄養士と共同開発したこだわりのメニューがずらりと揃う。和食以外にもパスタやピッツァも充実。薬膳ではないけれど、食べ慣れている日常食にちょっとイイものを入れた"おいしく食べて健康になれる"食事をぜひ楽しんで!

デザートもカロリー控えめなので気兼ねなく食べられる!

明るくナチュラルな店内でゆったり。コインランドリー併設型なのも便利。

Menu

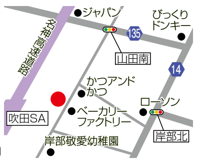
- タニタカフェ®共同開発 VEGE PLATE…… 1,290円(税別)
- パスタ&ライスボウルプレート……………1,190円～(税別)
- ナポリピッツァ…………………………850円～(税別)
- タニタカフェ®共同開発 1/2日分の野菜(175g)ボウル……………………890円(税別)
- タニタカフェ®グリーンカムージー…………… 700円(税別)

特典

この記事持参で、(10月末まで)
- タニタカフェ®デザート3種から1つプレゼント

食堂カフェpotto×タニタカフェ® 吹田紫金山公園店

大阪府吹田市岸部北4丁目15-2
営／11時～22時(L.O 21時半)
店内50席、テラス12席
無料P15台あり
☎06-6155-4910
Instagram:
@potto_tanitacafe.shikinzan



好みのスイーツを食べ尽くそう 熱々パスタや限定メニューも好評

美味しくて楽しいスイパラが創業当時の価格1,000円(税別)で営業中！定番のショートケーキから季節のケーキ、ゼリーに和菓子まで多彩なスイーツ約30種類がずらりと並ぶ。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気!

あの「ハーゲンダッツ」とイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラート」30種類が特典で食べ放題に!!

Menu

- 大人(中学生以上、50分)…… 1,000円
- 大人(ドリンクバー付、70分)…· 1,200円
- 小人(4歳～小学生、ドリンクバー付)……………………790円
- 3歳以下…無料

※全て税別

特典

この記事持参で大人ドリンクバー付ご利用の方は、ハーゲンダッツ・イルジェラート食べ放題サービス
(10月末まで)

スイーツパラダイスファクトリー

吹田市千里万博公園2-1
ららぽーとEXPOCITY 1F
営／11時～22時(LO21:30)　無休
P4,100台　禁煙
☎ 06-4860-6453

ALOHA CAFE Pineapple 北千里店

1ST ANNIVERSARY

1周年記念

【クーポン券】店内飲食10%OFF
※10月末まで、1会計で1枚4名様まで

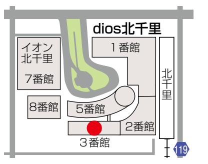
ALOHA CAFE Pineappleは10月3日で1周年を迎えます。
ささやかではありますが、
10月1日より先着で200組様にドリップパックをプレゼントいたします。
メニューもグレードアップした新メニューでお待ちしております！

ドリップコーヒーパック2個プレゼント!!
〔先着200組様〕

(左)グリルチキンバーガー、(上)パイナップル、マンゴー、バナナの南国パンケーキ、(下)ダブルライススパイシーカレー

ALOHA CAFE Pineapple

ALOHA cafe restaurant Pineapple
吹田市古江台4-4-119 dios北千里3番館2F
営／9時～21時　不定休　06-6871-7117
インスタ：aloha.cafe.pineapple
スタッフ募集中！ 詳細はお気軽にお問合せください。



10/1 DAY OF COFFEE

10月1日 コーヒーの日 SALE!!

ランチもやってます

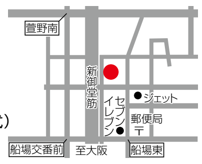
自家製トマトソースのナポリタン

セール期間10月1日(火)～10月7日(月) コーヒー豆全品20%OFF
(コーヒー豆、ドリップパック、オレベース、リキッドコーヒー)
会場:北摂焙煎所本店/ cafe matin 北摂焙煎所 みのおキューズモール店

【クーポン券】店内飲食10%OFF
※10月末まで、1会計で1枚4名様まで

HOKUSETSU COFFEE ROASTERS 北摂焙煎所

北摂焙煎所
箕面市船場東1-2-20 ウォールマンビル3F
営／8時～19時、第3木曜定休、P7台（カード式）
072-726-2266 http://matin-coffee.com
スタッフ募集中！ 詳細はお気軽にお問合せください。



＼ グルメの街で 見つけた 絶品Menu ／

北摂のおすすめグルメ Gourmet

ケーキの上にはカラメルソースがかかり、プリンのような優しい味わいに。

秋にぴったりの新メニューが登場 素材を活かしたさつまいもケーキ

お芋好きにはたまらない、秋にもってこいの新メニュー「さつまいもケーキ」。米粉ベースの生地に、さつまいもをたっぷり使用しているので、素材本来の甘みを味わえる。その他にも、ミックスサンドやパスタ、テイクアウト商品のレモンケーキなど人気のメニューがたくさん!

種類豊富な手作りクッキー1つ100円～も手土産におすすめ。

Menu

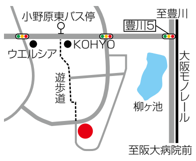
- さつまいもケーキセット……………………1,000円
- レモンケーキ ………160円
- お代わりブレンドコーヒー……………………200円

特典

「シティライフを見た」でセットメニューが5%OFF
(10月末まで)

Bor Cafe〈ボルカフェ〉

箕面市小野原東6-29-1
営／9時～17時、日曜定休
Pあり
☎072-768-8881
Instagram@borcafe



旬の食材を使い見た目も美しく、店主の丁寧な仕事がうかがえる「かなで会席」。

趣向を凝らした料理に遊び心を 手ごろな価格で本格和食が味わえる

"肩肘張らずに和食が愉しめる"と評判の同店。「あれもこれも足していくような着飾る料理はしたくない」という店主の想いから、一つ一つ意味のあるひと手間工夫を施したコース料理が魅力。そんな本格的な和食をリーズナブルに提供するのが、ランチメニューの「いろどり遊膳」だ。14品と品数豊富で、その一品ずつの味から人気グルメブロガーに"北摂NO.1ランチ"と言われるほど。厳選の酒や単品メニューも充実。ランチも予約がベターだ。

「いろどり遊膳」はプラス300円でドリンクと手作りデザートが付けられる。

Menu

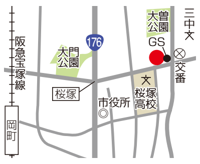
[ランチ]
- いろどり遊膳…………………………… 1,500円
- ミニ会席 ……………………………… 2,200円

[ディナーコース]
- なごみ会席 …3,800円(前日までの予約で3,500円)
- かなで会席 … 5,800円(前日までの予約で5,500円)
- わかな会席 ………… 7,500円(3日前までに要予約)

※全て税別　※おせちの予約受付中

わかな～和奏～

豊中市北桜塚3-8-26-101
営／11時半～14時、17時～23時
水曜定休、他不定休あり
周辺駐車場有
☎06-6858-6888



MY LIFE'S

Good Season

50歳から愉しむ時間

50代からが人生の"グッドシーズン"。さあ輝く毎日を始めましょう。

旬の美味が並ぶ 大人の隠れ家で贅沢を

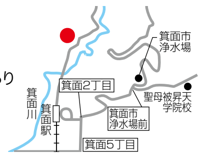
品格漂う雰囲気の中、上質感あふれる忘年会を楽しめる音羽山荘。都心近郊にありながら箕面国定公園内という自然豊かなロケーションが魅力。とらふぐのてっちりやかに味噌の茶碗蒸しなど、旬の新鮮素材を楽しめる料理の数々で、今年はワンランク上の優雅な年忘れはいかが。

冬の味覚会席料理(飲み放題付・6名～)
……………………11,000円(税サ込)
※2019年12月1日～2020年2月29日、仕入れ状況により内容が一部変更の場合あり、8,800円～その他プランあり

特典　「シティライフ見た」でお食事の方に
お土産プレゼント
(2月末まで)

明治の森 箕面 音羽山荘
〈メイジノモリミノオ オトワサンソウ〉

箕面市箕面公園1-3
箕面駅から徒歩8分　Pなし
営／11時半～22時
※前日17時までの予約制　火曜定休
※15名様以上で箕面駅までのバス送迎あり
☎072-721-3005
音羽山荘 で検索



ココがスバラシイ

ノスタルジックな大人の隠れ家

大正期築の歴史ある邸宅を改築した空間は古き良き時代を今に伝えている。

牛焼肉おどんぶりセット　1,155円

黒胡椒やごま、にんにく、リンゴ果汁を使った醤油ベースの焼肉のたれで仕上げた牛焼肉丼です。

安芸しらすといくらのおどんぶりセット　1,155円

高知県安芸市で水揚げされたしらすを、その日の気温や温度に合わせて釜揚げしています。ふんわりとした食感が魅力の安芸しらすを、いくらと一緒にお楽しみください。

家族亭のグランドメニューが この秋、リニューアル

昨年、フェアで人気を博したメニューが加わり、この秋、さらに魅力がアップした家族亭のグランドメニュー。おいしい食材で作ったアイデアあふれる料理と、家族亭の人気の決め手である「だし」と「そば」のおいしさを合わせてお楽しみください。

安芸しらすのおいしさを楽しめるおどんぶりセット

今回、新たにメニュー入りしたのが、ごちそうフェアで人気を博した「安芸しらすといくらのおどんぶりセット」。ふわふわに釜揚げされたしらすと、ふんだんに盛られたいくらが食べ応え抜群。他にもボリューム満点の「牛焼肉おどんぶりセット」など、ご家族そろって楽しんでいただけるラインナップになっています。

こだわり～家族亭のお約束～

一日のはじまりは、だしの仕込みから。味の基本となるおだしは数種類の節を使っています。自慢のだしをもっと楽しんでいただくために、食材とだしの風味を味わう『だし料理』もご用意しています。蕎麦は自社製麺し、素材にこだわり美味しさを日々追求し続けています。

シティライフ読者限定クーポンが使えるお店

家族亭は北摂に10店舗！ぜひ近くのお店へ

詳しくはこちらへ

池田店
阪急ブランマルシェ2番館 2F
（阪急池田駅直結）

阪急岡町店
TiO阪急岡町
（阪急岡町駅直結）

みのおキューズモール店
みのお キューズモール
EAST-2 3F

千里中央店
千里朝日阪急ビル2F
（モノレール千里中央駅すぐ）

阪急山田店
デュー阪急山田2F
（阪急山田駅直結）

南千里店
トナリエ南千里2F
（阪急南千里駅直結）

江坂店
カリーノ江坂B1F
（東急ハンズ下）

茨木店
茨木市上穂積1-3-61
（府道吹田高槻線
茨木警察北200m）

阪急茨木店
ロサヴィア2F
（阪急茨木市駅直結）

川西能勢口店
ベルフローラかわにし イースト2F
（阪急川西能勢口駅すぐ）

阪急梅田駅周辺でも6店舗展開中

- 梅田阪急三番街店
- 梅田阪急グランドビル店
- 梅田茶屋町店
- 梅田地下街店
- 梅田ナビオ店
- 花旬庵　ヨドバシ梅田店

さばの味噌煮膳　1,540円

国産のさばを酒粕とお味噌で炊いたさばの味噌煮です。家族亭こだわりの天ぷらなど、美味しさが詰まった御膳です。

牛玉子とじチーズ丼セット　1,265円

家族亭こだわりのだしを使い、牛肉のうまみを玉子でとじたおどんぶり。チーズを加えるとさらに濃厚なうまみを楽しめます。

唐揚げセット　1,155円

にんにく、生姜、隠し味にかつお粉を使用した、こだわりのタレがクセになります。

秋の食材を使った季節限定メニューも！

愛媛県産太刀魚と海老の季節天ざる　1,309円

愛媛県産の太刀魚や海老、舞茸、赤パプリカ、かぼちゃ、大葉、細切り人参をカラリとした天ぷらで。ざるそばもたっぷり味わえる人気の一品です。

10/31まで **シャインマスカットサービス**

※南千里店、江坂店では実施しておりません。
※予告なくサービス内容が変更になる場合がございます。ご了承くださいませ。

※クーポンは上記の店舗でご利用いただけます。　※店舗により、販売価格が異なる場合がございます。　※紙面の表記価格は消費税10%の税込価格です。9月末までは消費税8%の適用となります。

シティライフ読者限定クーポン

店内ご飲食の方、**100円OFF**　2019年10月末まで

※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引させていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引･割引･優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。

家族亭

シティライフ読者限定クーポン

店内ご飲食の方、**100円OFF**　2019年10月末まで

※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引させていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引･割引･優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。

家族亭

シティライフ読者限定クーポン

店内ご飲食の方、**濃厚お抹茶プリンサービス**　2019年10月末まで

※梅田阪急三番街店、梅田地下街店、江坂店では取り扱いがございません

※お一人様800円以上ご飲食の方、抹茶プリンをサービスさせていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引･割引･優待との併用はできません。
※ご注文の際に係の者にお渡しください。

家族亭

健康寿命をのばそう

Let's extend Healthy Lifespan

現在、国民の平均寿命が延びている一方、健康な体で自立した生活を送ることのできる健康寿命は、平均寿命に比べ男女共に短いというデータが報告されています(厚生労働省)。健康寿命を延ばすため、多くの自治体・企業・団体が行っている様々な取り組みをご紹介します。

将来の病気を未然に防ぐ
「新予防」で現状把握と早期発見を

生活習慣病や老年症候群の兆候を早期発見し病気を未然に防ぐ「新予防」を提案するサービス「HAP(ハップ)」。普段は意識しづらい体の小さな変化を、従来の健診とHAPオリジナルの問診・健診を組み合わせることによって細かく数値化し、専門家の指導やトレーニングを定期的に受けることができる新しい未病対策の形だ。

サービスを提供するのは北摂を中心に予防・医療・介護・生活支援で展開する豊泉家ヘルスケアグループのグループ法人 株式会社豊泉家。介護や医療の現場で、利用者の「もっと早く体の変化に気づいていれば」という声を聞き、未病対策の必要性を感じたという。昨年11月にスタートし、健康に関心がある30～70代の約500人が利用している。

会員に登録すると、まず従来の健康診断にあるような基本的な健診と認知機能健診、HAP独自の健診合わせて60項目と問診250項目で体の状態を把握する。HAPでは生活習慣病と老年症候群の要因を合わせて9種類に分類。運動能力や代謝機能、メンタルなど聞き覚えのあるものから、睡眠状況や口腔機能、またコミュニティの状況まで内容は幅広い。結果に応じて食事や運動、ライフサイクルなどのプランをスタッフと作成し、会員はプランを実践しながら、ウェアラブル端末を用いて睡眠状況や脈拍といった日々の情報を記録。月1回のカウンセリングで経過を振り返りプランを立て直す。サポートするのは医師や看護師、管理栄養士、アスレチックトレーナー、理学療法士、鍼灸師、柔道整復師など体の専門家たちがそろっているため、西洋医学や東洋医学、運動・栄養療法などを組み合わせた多角的な視点でアドバイスが受けられる。

ニューヨークをイメージしたおしゃれな建物内には、ラウンジやカラオケ、レストランなどコミュニティ形成やリラックス効果を目的とした設備もあり、気軽に健康に取り組めるのもうれしい。

登録料3万円、月額利用料1万2,000円(いずれも税別)。希望者は別途有料でトレーニング指導など多数メニューも受けられる。

豊泉家新予防センター 新予防HAP 桜塚

豊中市中桜塚3-2-1 豊泉家ランドマークタワー4F
受付/月～土　9時～18時
TEL.0120-73-1182

おいしく食べて健康に
北摂初の「タニタカフェ®」コラボ店が登場

画像は東京のタニタカフェ有楽町店のもの。

タニタの栄養士との共同開発メニュー

ベストセラーになった「体脂肪計タニタの社員食堂(大和書房刊)」で知られる健康総合企業のタニタが、より多くの人に手軽においしく健康づくりを楽しんでもらいたいという思いで提案するコンセプトカフェ「タニタカフェ®」。この度、大阪で5店舗を運営する「食堂カフェpotto」とのコラボ店が北摂にはじめてオープンした。低カロリーや減塩、野菜・食物繊維が多く摂れるなど、タニタの栄養士と共同開発したメニューが特徴だ。

タニタ食堂レシピと健康情報を発信

店舗には、広く健康づくりを発信するため、定期的にテーマを変えた健康情報をまとめたチラシも設置している。例えば「タニタ式お酒との付き合い方」「タニタ式ダイエットのコツ」「タニタ食堂メニューの塩分量～減塩のコツ～」「お口の健康とにおいについて」「生活に取り入れる運動のコツ」など、バラエティに富んだ内容。裏面にはタニタ食堂のレシピも掲載されているので、ぜひ参考にして自宅でも活かしてみてほしい。

野菜やフローズンフルーツ、豆腐、チアシード、こんにゃくゼリーなどが入った、食べ応えのある噛むスムージー「カムージー」。

健康情報とレシピは定期的に更新される。

食堂カフェpotto × タニタカフェ®
吹田紫金山公園店

吹田市岸部北4-15-2
TEL.06-6155-4910

※P34の関連記事もチェック!

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは?そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します!

箕面商工会議所

10/1(火) 国産和牛と実生ゆずのレトルト「ごちそうゆずカレー」を発売

箕面産の実生ゆずと国産和牛を使用したレトルトカレー、「ごちそうゆずカレー」(600円税別)を10/1(火)から発売します。ちょっと辛口でゆずの風味に特徴があるこだわりのカレーです。ぜひ味わってください。

ゆずるカレンダー2020も発売中です(500円税別)。

※いずれも販売者は箕面商工会議所です。

問い合わせ
箕面商工会議所　ゆずプロジェクトまで
TEL 072-721-1300
http://www.minohcci.or.jp

吹田商工会議所

「障がい者就職応援フェアinすいた」を開催します

吹田市内を中心に障がい者の雇用に積極的な企業約10社が集まり、面接ができます。
併せて就労・生活相談コーナーも設けます。
【日時】11月13日(水)　13時～16時
【会場】千里市民センター　大ホール
【住所】吹田市津雲台1丁目2-1
千里ニュータウンプラザ内
【対象】就職を希望する障がい者の方
【内容】就職面接会(障がい者求人企業約10社)就労・生活相談コーナー(専門機関がお応えします)予約不要、参加無料、当日は手話通訳付き
【主催】吹田市、ハローワーク淀川、吹田商工会議所、豊中商工会議所　【協力】北おおさか地域労働ネットワーク.すいた障がい者就業・生活支援センター、淀川雇用開発協会

問い合わせ
就職面接会及び求人に関することハローワーク淀川
(TEL06-6302-4771　43#)
詳細につきましては、吹田市HPで検索

豊中商工会議所

11/17(日)施行 第153回日商簿記検定1・2・3級(豊中会場)申込受付

【窓口受付期間】大垣書店豊中緑丘店:
～10月20日(日)9時～22時
田村書店千里中央店・緑地店:
～10月20日(日)10時～21時
豊中商工会議所:
10月23日(水)～10月28日(月)土日祝除く
9時～17時半※最終日は21時まで受付
【ネット受付期間】～10月24日(木)
【試験会場(予定)】大商学園高等学校
(阪急服部天神駅から西へ徒歩15分)
【受験料】1級　7,850円、2級 4,720円、3級2,850円(いずれも税込/ネット申込は別途手数料@700円要)

詳細・ネット申込はホームページにて
「豊中　簿記」で検索!
問い合わせ
豊中商工会議所
簿記検定担当(電話:06-6845-8001)
http://www.ooaana.or.jp/

俳句 HAIKU VOL.2

さあ、自然の中へ出てみましょう

文：山口 昭男

俳句は、机上でも出来ますが、なるべくなら戸外で作ることをすすめます。自然の中に身を置いて、五感を通して言葉を生み出すことが基本だと考えます。前回お話ししました季語というものは、すべて自然の中にあるもの。自然の中にはもちろん人間も入っています。

では、今から外へ出て行きましょう。外に出るとまず、たくさんの植物の季語と出合います。例えば、猫じゃらし。別名えのころ草とも言います。その猫じゃらしの前で立ち止まってください。何かに気がつくでしょう。そうです。風に揺れているということ。これが自然の中で俳句を作ることの第一歩となります。散文にすれば、「猫じゃらしが風に揺れています」ということです。このことを俳句にします。「風に揺れたる猫じゃらし」。あと五音です。そこで、どのように揺れているのか、どこで揺れているのか、近くに何があるのかなどと見てゆくと、あとの五音が生まれます。

ゆつくりと
風に揺れたる
猫じやらし

道端で
風に揺れたる
猫じやらし

猫じやらし
ガードレールに
揺れてをり

昭男

（表記は、旧かなづかいで表しています）

さらに進んでゆきましょう。日傘の女性と出会いました。出会いの恩恵です。日傘は夏の季語なので「秋日傘」とします。その女性の足取りはどうだったのか、服装は、日傘の色合いはなどと共に、前句同様近くの様子も観察します。

早足で
歩いてゆきし
秋日傘

真黒な
秋の日傘の
急ぎをり

駅前に
秋の日傘の
三つほど

昭男

次の出会いは、蝶です。蝶自体は春の季語なのでこれも「秋の蝶」とします。同じようにしっかり観察します。どこに止まったのか、どんな動きでとんでいるのか、色は、近くに何があるのかなどを見ます。

秋の蝶
草の葉先に
止まりをり

ゆつくりと
大きな円の
秋の蝶

後ろから
来て秋蝶の
さつと行く

昭男

それでは自然に魅せられた多くの俳句をお待ちしています。

選者
山口 昭男
（やまぐち あきお）

1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』がある。2018年句集『木簡』で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

【 俳句の応募方法 】

氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかからご応募ください。

［ 宛先 ］

〒566-0001
大阪府摂津市千里丘1-13-23
株式会社シティライフNEW　俳句係まで
FAX 06-6368-3505

［ 応募フォーム ］

https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160

※締め切りは毎月25日必着
※いずれも一人5句まで
※掲載は次々号となります
※佳作は掲載をもって発表とさせていただきます。
※お名前と作品を掲載します。

EVENT 北摂イベント

コンサート　ギャラリー　催し　ミュージアム　講座・講演

プレゼントのご応募はWebから可能です。

下記URL、応募フォームよりご応募ください
※締め切りは各イベントによって異なります
http://present.citylife-new.com

あなたの街の情報をお待ちしております!（掲載無料）

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで（以降も受付の場合あり）
※掲載の場合のみ、編集部からメール連絡いたします。
※返信がない場合、掲載を見送りさせて頂く場合があります。

社会福祉法人大阪府社会福祉事業団 子どもわくわく体験

▶ **10/12（土）** 10時〜16時
※毎月第2土曜日開催　日程変更の場合がございますので、都度問合先にお尋ねください。

ハロウィンイベントとしてオリジナルランタンづくりや暗闇宝さがしゲームを開催。卓球やトランプ遊びもできる。お昼はカレーをご用意。途中参加もOK。仮装でのご参加大歓迎。

■社会福祉法人大阪府社会福祉事業団OSJ研修・研究センター（箕面市白島3-5-50）■参加費200円（お子様ひとりにつき）■要予約〜10/4（金）17時まで■定員先着40名程度（小学生のお子様対象）■申込・問:TEL:072-724-8166（平日9時15分〜18時/森田・増山）

豊中歴史同好会例会

▶ **10/12（土）**
14時〜16時

豊中歴史同好会の10月の例会。テーマは『播磨国風土記』の巨石伝承〜石の宝殿を巡って〜。講師は皇學館大學研究開発センター副センター長荊木美行氏。経験不問、初心者の方も気軽にご参加を。

■蛍池公民館　第二集会場(豊中市蛍池中町3-2-1-501)■ビジター聴講料1,300円
■問:TEL090-5400-4638（小川）

-夢みる布たち- 絵キルト展　田中明子展

マイ セレクトショップ

▶ **10/8（火）〜10/14（月・祝）**
10時〜19時（初日12時〜/最終日17時まで）

小さな布たちを集め、縫い合わせ、一枚の絵にしていく絵キルト。布のやわらかさと、キルトのぷっくりとした見た目は、あたたかさやぬくもりがあり、ほっと心がやわらぐ。今回は額入りの作品やバッグ、ポーチなどの小物など約50点を展示する。

■吹田市立南山田市民ギャラリー(吹田市山田市場9-1-110ライオンズガーデン千里丘1階)
■入場無料■問:TEL06-6878-7536（吹田市南山田市民ギャラリー）

「衣と生活 Kimono and Life かんさい・大学ミュージアム連携プロジェクト」 ゴージャスとモダニズム -船場の美意識探訪、塩野家コレクションとその周辺-

▶ **9/24（火）〜10/18（金）**
10時半〜17時
※土日祝は閉室
（10/5（土）は特別開室）

緑地飛鶴文様打掛
（武庫川女子大学蔵）

明治〜大正昭和初期、繊維の街として栄え独自の服飾文化を誇った大阪。品格にあふれ贅沢でモダンな近代大阪の美意識が伺える展示。またシンポジウム「大大阪モダニズム再考」を10/5（土）13時半〜16時 大阪大学アセンブリー・ホール（大阪大学会館1階）で開催。
■大阪大学総合学術博物館 歴史展示室（大阪大学会館3階）（豊中市待兼山町1-13）■入場無料（シンポジウムは先着順）■問:TEL06-6850-6284（大阪大学総合学術博物館）

KAKENHIひらめき☆ときめきサイエンスワークショップ ゴミから生まれる異音獣！

▶ **①11/2（土）**
13時半〜16時半
▶ **①11/3（日・祝）**
13時半〜16時10分
※受付開始13時〜

この世のキワにいるかもしれない、不思議ないきものたちと出会おう!パーカッショニストRyo先生とユリコ先生による音とイメージワークショップ。テーマは①不思議なケモノはどんな音?②不思議な音は何に見える?
■国立民族学博物館　特別展示館地下休憩所ほか（吹田市千里万博公園10-1）■参加費無料■要事前申込（応募者多数の場合、抽選）申込フォームまたは往復ハガキで9/30（月）まで■定員:各日24名（小5〜6対象）■申込詳細:http://www.minpaku.ac.jp/museum/event/workshop/20191102-03hirameki
■問:TEL06-6878-8532（土日祝を除く9時〜17時）

7本のピアニスト 西川悟平トーク&コンサート

▶ **10/22（火・祝）**
17時半開場
18時開演

P 招待券5名
応募〆切
10/6（日）まで

ニューヨークを拠点に世界で感動を呼んでいる7本指のピアニスト西川悟平。感動的な演奏に加え、考え方や貴重な体験談は聞いた人に元気・勇気・希望を与える。

■箕面市立メイプルホール大ホール（箕面市箕面5-11-23）■チケット（全席自由）:前売り4,500円（中学生以下2,000円）/当日5,000円（中学生以下2,500円）■問:072-721-2123（箕面市立メイプルホール）

のせでんアートライン2019 避難訓練

▶ **10/26（土）〜11/24（日）**

地域とアーティストが一体となってつくる2年に一度の芸術祭。今回のテーマは「避難訓練」。川西能勢口駅からのせでんに乗って能勢妙見山へ至るまでのルートと、妙見山の裾野の集落をメイン会場に、国内外8組のアーティストによる作品展示やパフォーマンスを展開する。

■川西能勢口駅〜妙見口駅〜能勢妙見山の一帯ほか■入場無料■問: pr@noseden-artline.com（のせでんアートライン2019事務局）

第4回 とよっぴーフェスタ

▶ **10/19（土）**
10時〜14時

資源循環について楽しく学べるイベント。堆肥化施設の見学や、堆肥「とよっぴー」で育てたサツマイモ掘り、ミニたんぽの稲刈り体験、子ども餅つき大会など。地場野菜の販売や、模擬店もでる。小雨決行。

■緑と食品のリサイクルプラザ（豊中市原田中2-68）※臨時駐車場有■入場無料■問:TEL06-6843-4141（豊中市公園みどり推進課）06-6844-8611（アジェンダ21）

第36回 みのおてならい 乙女ごころがきゅんとする小粋でかわいい「つまみ細工」体験会

▶ **10/12（土）**
10時〜12時

ちりめんの布をたたんで、つまんで、花や鳥などを形づくる日本ならではの伝統工芸「つまみ細工」。ヘアアクセサリーやブローチとしても楽しめる小さな作品づくりを体験してみよう。
講師:野田 由香
maikocraft 認定インストラクター

■箕面市立西南生涯学習センター「会議室1・2」（箕面市瀬川3-2-5）■参加費:1,500円（材料費含む）■定員:20名（申込順）■申込・問:TEL/FAX050-3488-1543　E-mail minohjuku@gmail.com（みのおてならい事務局）

開催決定

西日本最大級のラーメンイベント、今年も…

ラーメンEXPO 2019 in 万博公園

第1幕　12月　6日（金）、7日（土）、8日（日）
第2幕　12月13日（金）、14日（土）、15日（日）
第3幕　12月20日（金）、21日（土）、22日（日）
第4幕　12月24日（火）、25日（水）、26日（木）
27日（金）、28日（土）、29日（日）

万博記念公園 お祭り広場（大阪府吹田市千里万博公園）
11:00 〜 21:00（ラストオーダー20:30）
主催 ラーメンEXPO 2019実行委員会
シティライフ（事務局：株式会社シティライフNEW）

ラーメンEXPO　検索　詳細は公式HPにて随時公開！

CULTURE コラム VOL.2

梅花から「令和」を込めて
三島江の薦に寄せる思い

奈良を都とした時代に、険しい葛城山や信貴山、生駒山等を越えないで枚方市へとまわり、淀川を船で高槻市へと渡る山陽道がありました。陸路として九州への往来が可能な道です。時代が下ると京都から続く西国街道とも呼ばれました。この道筋に残された歌として『万葉集』には、巻七の「譬喩歌」部に「草に寄する」と題して、

三島江(みしまえ)の玉江(たまえ)の薦(こも)を標(しめ)しより己(おの)がとそ思ういまだ刈らねど
三嶋江之　玉江之薦乎　従標之
己我跡曽念　雖未苅
一三四八番歌

との歌が記されています。三島江は、高槻市南部から摂津市にかけての淀川右岸を指します。川辺に生えている薦は、「薦畳」(巻十六・三八四三番歌)との表現から敷物が編まれていました。また巻七の「挽歌」部に記された、

薦(こも)枕(まくら)相(あひ)まきし児(こ)もあらばこそ夜(よ)のふくらくも我(あ)が惜(を)しみせめ
薦枕　相巻之児毛　在者社　夜乃
深良久毛　吾惜責
一四一四番歌

に目を向けると、薦で作った枕を一緒にした彼女が(生きて)いたなら、夜が更けてゆくのを私は惜しみもするのだが(そんな気持ちにもなれない)と、読んでしまうと切なくなりますが、薦が生活の中に枕として使用されていたことが知られます。さて、一三四八番歌の作者が、「三島江の立派な入江に生えている薦に標を張った時から私のものだと思っています、まだ刈っていませんが」なんて内容をわざわざ歌にして詠んだのは、暮らしに欠かせない身近な薦に好きな女性を譬えて、プロポーズする意志のあることを周囲にアピールするためでした。誰も手を出すなと。果たして彼は、思う人に告白することができたのでしょうか。

梅花女子大学教授 市瀬 雅之

現代訳から原文までを用いて『万葉集』に文学を楽しむほか、『古事記』や『日本書紀』等に日本神話や説話、古代史をわかりやすく読み解く。中京大学大学院修了 博士(文学)。著書に『大伴家持論　文学と氏族伝統一』おうふう 1997年、『万葉集編纂論』おうふう 2007年、『北大阪に眠る古代天皇と貴族たち 記紀万葉の歴史と文学』梅花学園生涯学習センター公開講座ブックレット　2010年。ほか執筆・講演・講座多数

マスターズ甲子園2019
大阪代表はPL学園に決定

マスターズ甲子園2019の大阪代表決定戦が8月31日に行われ、PL学園OBが11-5で茨木市の春日丘OBを下した。勝利が決まるとスタンドからPL学園校歌の大合唱が。グラウンドの選手も共に歌い、出場を喜んでいた。1985年以来となるPL学園のユニホームで4番・投手として先発出場した桑田真澄氏(51)は「校歌を聞いて涙が出そうでした。あちこち体が痛いが、ベストを尽くせました」と笑顔を見せた。今春OB会長となった桑田氏は、2016年夏から休部している野球部復活を願い、マスターズ甲子園の挑戦を決めた。この日は50人のOBが集まり、ベンチ入り。本大会は11月9・10日甲子園球場で開催、PL学園は9日に群馬代表の利根商OBと対戦する。

出場決定で笑顔を見せる桑田氏(左)と中村順司監督(右)。

スタンド前に整列し、校歌を歌う選手たち。

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO VOL.06

radiko なら、パソコン・スマートフォンでFM COCOLOが無料でクリアに聴ける!

FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介。

秋の夜長、ゆっくりと耳を傾けたいオススメのアルバム

MONTHLY SELECT DJ

加藤 美樹

3月26日生まれ。10代の頃からモデルの仕事を始め、ファッション誌の専属モデルを中心に活動。その後、地上波、CS放送などテレビの仕事も経て、 ラジオDJとしての活動をスタート。1994年、FM802DJオーディションに合格、現在に至る。担当番組『SUPER J-HITS RADIO』は、FM802で1995年にスタートした邦楽専門番組で、2016年からタイトル・コンセプトもそのままにFM COCOLOで放送開始、来年で満25周年を迎える長寿番組。加藤美樹の音楽(なかでも邦楽)に関する知識は高く、アーティストからの信頼も厚い。担当番組「SUPER J-HITS RADIO」(日曜 18:00-21:00)。番組Twitter @FMCOCOLO_SJR

ALBUM
Turntable

ARTIST
竹内まりや

秋の夜はつるべ落とし。スルスルストンとやってきて明日までの長い時間を作ってくれます。灯りを一段落として、ゆっくりと音を楽しむのはいかがでしょう?竹内まりやさんのデビュー40周年記念アルバム「Turntable」は①More Expressions②Mariya's Rarities③Premium Coversという3枚組・全62曲!①には30周年ベストに入らなかった名曲やここ数年のシングルが収録。まりやさんが初めて詞曲を手がけた「すてきなヒットソング」には、幼い頃ターンテーブルにレコードを載せて、繰り返し歌ったポップスとそのときめきが描かれていますが、②と③にはそんなオールディーズポップスのカバーや、大学の先輩である杉真理さん率いるBOXと奏でるビートルズカバーも収録。これが楽しい!桑田佳祐&原由子夫妻と山下夫妻のコーラスが入った「静かな伝説(レジェンド)」や、達郎さんとのデュエットも楽しめす。その素晴らしい歌に、まぁるいお月様もお部屋を覗くかも…。

竹内まりや / 1978年11月、シングル「戻っておいで・私の時間」でデビュー。1994年のベスト・アルバム『Impressions』が350万枚の大ヒットを記録し、その後も『Bon Appetit!』がミリオンを達成2014年に発表したアルバム『TRAD』は、第56回日本レコード大賞「最優秀アルバム賞」を受賞。今でも世代を超えて多くの人々の支持を得ている。

万博記念公園に大規模アリーナ建設

大阪府は9月17日、万博記念公園南側(ホテル阪急エキスポパーク周辺)の府有地に1万5千人以上が収容できるアリーナを整備する計画を明らかにした。民間資本で全国最大規模のアリーナ施設を整備する方式で、国際博覧会が開かれる2025年までの開業を目指す。吉村知事は「関東地区に集中していた国際イベントを大阪でも開催できるようにし、関西全体の活性化につなげたい」と意欲を示した。国際的なスポーツ大会を開催するには1万人以上の観客席と競技エリアで7千平方メートル以上のフロアが必要とされている。知事は「スポーツビジネスは経済波及効果が大きい」とアリーナの必要性を強調した。商業施設やホテルを含めた事業提案を応募者に求めるとし、用地は数十年間の貸し付けを検討している。事業プランを公募し、20年春に事業者を選定する予定だ。

令和初の「摂津優品(せっつすぐれもん)」決まる

摂津市と摂津市商工会が一体となり取り組む摂津ブランド認定制度、「摂津優品」の第3回認定式が8月30日に執り行われた。今年度は、大阪欄間の伝統と特徴である透かし模様をあしらった「らんま職人が作る名刺入れ」(木下らんま店)、「安定型次亜塩素酸ナトリウム」を使用した安心安全の除菌・消臭剤「セイバーオードリンSP」(アクティブリント株式会社)、市内唯一の工房でイタリア仕込みの製作方法に基づき生み出された「古川皓一作バイオリン」(古川皓一バイオリン工房)の3点が選ばれた。

8月末に行われた第3回摂津ブランド認定式の様子。

大阪府下の薬物情勢
協力:大阪府警察

区分/年別	平成26年 人員	平成27年 人員	平成28年 人員	平成29年 人員	平成30年 人員
覚醒剤	1,598	1,350	1,467	1,482	1,296
大麻	146	150	159	240	333
麻薬	26	24	42	27	24
ヘロイン	2	0	0	0	1
コカイン	6	3	5	9	11
その他	18	21	37	18	12
あへん	3	0	0	1	0
合計	1,773	1,524	1,668	1,750	1,653

※麻薬事犯の「その他」は向精神薬、MDMA、LSD等を含む。

平成30年中における薬物事犯は

- 覚醒剤事犯検挙人員は、薬物全体の約78%
- 覚醒剤事犯検挙人員のうち、約47%が暴力団関係者
- 大麻事犯検挙人員のうち、約30%が未成年

などとなっており、特に、若年層における大麻の蔓延が危惧される。

覚醒剤や大麻等の薬物は、脳の中枢神経等に作用し、「依存性」が形成される。「元気になる」「ダイエットに効果的」「いつでもやめられる」という無責任な誘いは、はっきりと断り、あなたや大切な人の人生を守るため、絶対に薬物を使用してはならない。

大阪府警 覚せい剤110番 TEL:06-6943-7957 (苦しみに 泣く粉)

大阪府警察の相談窓口です。
○ 家族が覚醒剤を乱用しているので、何とかしたい
○ 知人が最近おかしな言動をするようになった
○ 娘がダイエットと言って、何か薬を使用している
など、気軽に相談・質問を。(24時間体制で開設)

【 大麻対策の広報啓発ウェブサイト 】

https://www.npa.go.jp/bureau/sosikihanzai/yakubutujyuki/illegal_cannabis/

City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか？身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。

シティライフNEWS で検索

増税に伴う軽減税率とキャッシュレスポイント還元

2019年10月1日から、消費税及び地方消費税の税率が8%から10%に引き上げられるのと同時に、消費税の軽減税率制度が実施される。ご存じのとおり軽減税率制度の実施に伴い、消費税などの税率は軽減税率8%と標準の税率10%の複数税率となる。また、同時にキャッシュレス決済に対し、政府は一部ポイントの還元制度を打ち出した。今月は軽減税率の対象品目や、キャッシュレス決済について今一度おさらいをしたい。

軽減税率の対象品目は大きく二つに分けられる

まず一つは「酒類・外食を除く飲食料品」。外食とはレストランや飲食店など、その場所で食事をするためのテーブルや椅子が設置されている店で食事をすることを指す。例えばファストフード店の店内で飲食する場合は「外食」とみなされ、10%の消費税がかかる。ただし持ち帰る場合8%となるため、支払い時に購入する側の意思確認により判断されることになる。持ち帰る商品とイートインの商品が混在する場合は、二つの税率で処理する必要があるということだ。ちなみに持ち帰るつもりが気が変わり、イートインスペースで食べたくなった場合でも、あくまでも購入時の顧客の意思で判断されるため原則として税率は変更されない。またペットボトルの水を購入し持ち帰る場合は8%となるが、家庭の水道料金は10%となる。

もう一つの対象品目は「週2回以上発行される新聞（ただし定期購読契約に基づくもの）」だ。自宅やオフィスなどの定期購読の新聞は8%対象となり、駅やコンビニなどで購入する場合は10%となる。

キャッシュレス決済の還元は最大5%

2019年10月～2020年6月の9ヶ月間、中小店舗でキャッシュレス決済をすると最大5%のポイントが還元される。キャッシュレスとは、クレジットカードや電子マネー、口座振替を利用して、紙幣・硬貨といった現金を使わずに支払い・受け取りを行う決済方法のことを指す。ただすべてのキャッシュレス決済がポイント還元の対象ではないため、事前に確認して決済を行う必要がありそうだ。また対象店舗は中小企業または個人事業主が運営する店舗としているが、審査を通過した店舗とされているため、事前に経済産業省のホームページでの確認がベターだろう。

経済産業省が用意する店頭用広報キットのポスター。ポイント還元の対象店舗に掲出される予定。

ポイント還元の対象金額は税込み

経済産業省によると、補助の対象となる消費者還元の方法は、原則として決済事業者が、決済額に応じたポイント、または前払式支払手段を消費者に付与する方法により行うこととする、としている。つまり、実際に支払う税込みの金額に対して還元されることになるため、消費税込みの金額に対してポイントは還元される。

【 審査を通過した加盟店数 】

店舗形態	店舗数
固定店舗	232,391
EC・通信販売	
楽天市場	22,074
Yahoo!ショッピング	20,447
その他ECサイト	6,889
合計	281,801

9月5日時点で審査を通過してリストに掲載されているのは281,801店。そのうち大阪府は47,523店、兵庫県は25,199店。[出典：経済産業省]

対象店舗やキャッシュレスポイント還元の仕組みについて、経済産業省のホームページに詳細な情報を掲載している。
https://cashless.go.jp/

履正社　高校野球発祥の地 地元豊中で優勝報告会を開催

8月28日（水）、千里阪急ホテルにて、第101回全国高校野球選手権大会で初優勝を果たした履正社の優勝報告会が行われた。誰でも参加できる報告会ということで市民にも公式LINEアカウント等で参加を呼び掛けたところ、およそ800人が詰め掛け、会場はいっぱいとなった。

拍手喝采の中、選手たちが入場。長内市長が「おめでとう！日本一！全国制覇！ようやってくれた！」と挨拶すると、緊張気味だった選手たちも笑顔に。そして、この全国制覇を成し遂げた功績を称え、市長から履正社高等学校硬式野球部に「豊中市かがやき大賞」が贈られ、表彰状が手渡された。

（左）「豊中市かがやき大賞」の賞状を受け取り、「豊中に優勝旗を持って帰れたことが本当に嬉しいです」と野口主将。（写真右）（右）履正社高等学校硬式野球部を日本一に導いた岡田監督。

履正社高等学校は1922年に創立、硬式野球部も同時に創設され、97年の歴史がある。岡田監督は「高校野球発祥の地・豊中になんとか優勝旗をと、厳しい練習にも耐え、個人の努力の結果、ようやく全国優勝を果たすことができました。全員で勝ち取った日本一だと思っています」と喜びを語った。野口主将は「春の大会は1回戦敗退という結果に終わってしまい、また甲子園に戻って悔しさを晴らしたいと頑張ってきました。最終的に優勝できて本当に嬉しいです。皆さんの応援のおかげであって、僕たちだけでは成し遂げられませんでした。本当にありがとうございました」と応援への感謝の言葉を述べた。

大阪大学 豊中キャンパスの最寄駅 「石橋駅」「柴原駅」が10月1日から駅名変更に

北摂エリアに3つのキャンパスを有する大阪大学。その1つ、豊中キャンパスは豊中市北西部の待兼山町にあり、日本で初めて発掘されたワニの骨格化石・マチカネワニが発掘されたことで知られている。豊中キャンパスの最寄駅である阪急電鉄石橋駅が「石橋阪大前駅」に、大阪モノレール柴原駅が「柴原阪大前駅」に、10月1日（火）よりそれぞれ駅名が変更されることとなった。大阪大学は、各キャンパスの最寄駅がどこなのかをわかりやすくできればと関係各所に相談を行ってきたが、実現する運びとなった。大学の担当者は、「これを機に、地域の皆様との絆が一層強固なものになり、大学と地域が活性化していければ」と話している。

最後の0系新幹線 先頭車両 「健都ライブラリー」の展示場所へ

2020年秋に健都レールサイド公園内に整備される図書館、「健都ライブラリー」。その1Fに展示される0系新幹線が、8月下旬に保管場所から実際の展示場所へ移動。この新幹線は、2008年12月に新大阪-博多間を最終運行した"最後の0系"で、引退後に吹田市が譲り受け、保管をしていたもの。

写真：吹田市提供

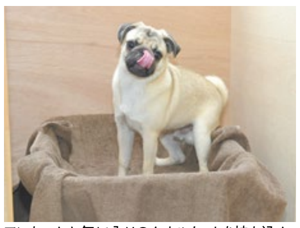
健都ライブラリーのオープンに合わせて一般に公開される予定。展示場所への新幹線の設置が終わったことで、今後はライブラリーの建物の工事が進められる。

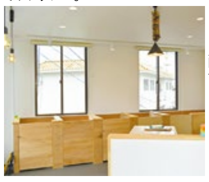
次号の巻頭特集は
「暮らしのプロフェッショナル」です。お楽しみに

●本紙の記事や広告についてのご質問・ご意見など　●発行部数17万部
TEL06-6338-0640　info@citylife-new.com
●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。
問/株式会社シティライフNEW　TEL06-6338-0640　〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

Pick up!
ペット酵素風呂

健康維持やお困りの症状改善
北摂初ワンコのための酵素風呂


ワンちゃんお気に入りのタオルケットを持ち込んでリラックス。


カラダ全体から生きた酵素を吸収し、免疫力アップ。アレルギー持ちの子も。

酵素風呂の詳細はHPへ

「病院で診てもらっても原因不明と言われた」「薬をなるべく飲ませたくない」など、愛犬の持病にお困りの飼い主さんにおすすめ!同店の酵素は100%米ぬかと微生物で自然発酵させている。60℃前後の快適な温度で基礎体温が上がり、自然治癒力を高めて改善へ。まずは気軽にお電話を。

飼い主さんの喜びの声

・9歳で背中、11歳で頸椎にヘルニアを発症し、痛み止めの注射を頻繁に打つように。嚥下もできず、ドライフードからウェットフードに変えても血便を繰り返していました。お友達の紹介で酵素風呂に通うと、回数を重ねる度に下血も止まり、痛みも和らいだのかドライフードも食べられるように。大好きな散歩もできて本当に感謝しています。（イングリッシュコッカー　12歳）

・足の脛あたりにしこりができ、肥満細胞腫と診断されました。手術をするには場所的に難しいとお医者さんに言われ、何かしてあげられることは…と酵素風呂に駆け込みました。通って3回目でしこりが「どこ⁉」となるくらい小さくなり、お医者さんもびっくりされていました。副作用もなく安心して通えて、家族一同喜んでいます。（チワワ　ねおちゃん）

■ MENU
● 酵素風呂1時間:2,800円
■ 特　典
「シティライフを見た」と予約で
● 酵素風呂1時間2,800円…**1,000円**
※女性スタッフ1名で対応しているため電話に出られない場合折り返し対応
（初回限定、10月末まで）

PUGNUS〈パグナ〉
吹田市岸部北5-44-5　3F
営／月水金:15時～19時半　火木土日:9時～19時半
不定休　近隣有料P有り
☎080-3850-2218※完全予約制
保管業（登録番号3654-2）　登録年月日:令和1.7.12
登録有効期限の末日:令和6.7.11

Pick up!
味覚狩り

香ばしい旬の肉厚しい茸を柚子と塩で
ジュワッと広がる旨味に感動

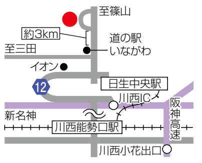
採れたてしい茸に黒毛牛、地鶏や季節の野菜が満載のBBQコース。おかわり自由のしい茸ご飯もぜひ味わって。

自家栽培の新鮮な野菜も自慢。

希少な原木栽培にこだわる同園のしい茸は、炭火で焼くだけで口の中いっぱいに旨味が広がるのが特徴。まずは旬の柚子と塩だけでシンプルに味わってみてほしい。貸出バドミントンや手作り遊具もあるので、爽やかな秋の自然の中、家族で一日楽しく過ごせる。阪神間から近く、新名神利用で北摂からもすぐ!

■ MENU
● しい茸狩り&バーベキュー 3,700円（税別）コース
（しい茸狩り+黒毛牛・地鶏・季節野菜+しい茸ごはん食べ放題）
● しい茸狩り&バーベキュー 4,700円（税別）コース
（しい茸狩り【お土産付】+黒毛牛・地鶏・季節野菜+
しい茸ごはん食べ放題）
● しい茸狩り&すき焼き 5,200円（税別）コース
しい茸狩り+すき焼き+しい茸ごはん食べ放題）
※小学生半額、3～5歳500円（税別）
※飲み物や食材の持ち込みは不可

仲しい茸園
兵庫県川辺郡猪名川町
木間生字大道下16
営／土日祝10時～17時、
平　日11時～15時
火曜定休（祝日は営業）
平日は要予約　無料P50台
☎072-768-0055
http://nakashiitake.com　仲しい茸園 で検索
【 車 】・阪神高速「川西小花」出口すぐ信号左折、500m直進して、信号を右折、12号線を北上
・新名神「川西」出口右折後、12号線に合流して北上
【電車】阪急宝塚線「川西能勢口」から能勢電鉄のりかえ「日生中央」下車後、
阪急バス「木間生(こもお)」停より北西へ500m



保育園と同じ保育時間、幼稚園以上の教育カリキュラム

「英語力」「思考力」「運動能力」を育む
バイリンガル幼児園
Kids Duo International

豊中に開園!
2020年4月　関西初上陸

2歳児～5歳児（4学年制）　7時30分～20時 開園

＼スーパーキッズを続々輩出／
驚きの成長を生む独自の教育ノウハウ

通園する子どもたちは大きな成長を見せてくれています。「子どもたちが本来的に持っている好奇心を刺激し、無限の可能性を引き出す」という教育目標のもと、英語・知育・運動指導を楽しみながら、さまざまなことに挑戦する子どもたちの姿があります。

英語力を育む	思考力を育む	運動能力を育む
英検®準2級に合格	平均ＩＱは145.3に	50m走で8.76秒を記録

※記録は、KDIセンター南・KDI三鷹（計183名）の実績です。

入園説明会開催! 事前予約制　入園説明会日程の詳細とご参加のお申し込みはホームページをご覧ください。

Kids Duo International 豊中
大阪府豊中市少路1-9-14　◎大阪モノレール 少路駅より徒歩約3分
お問い合わせ　0120-917-760　受付時間 午前10時～午後4時【土・日・祝を除く毎日受付】
説明会のご予約　www.kdi.ac　KDI　検索

Pick up!
ヘアメンテナンス専門店

髪と頭皮に優しくおしゃれに
ヘアメンテナンス専門店がOPEN

NEW OPEN

9月20日、阪急吹田に従来のカラー専門店と一線を画すヘアメンテナンス専門店がOPEN。ドライフラワーをセンス良く飾った店内で、気さくな女性スタッフがゲストを迎えいれてくれる。髪と頭皮にやさしい薬剤を使用し徹底的にゲストの髪悩みに応えてくれるのが魅力。グレイカラー、白髪カバーも一人ひとりに合わせた薬剤を選定、確かな技術でしっかり美しく染めている。リーズナブルな料金も通いやすくうれしいポイント。

駅近という便利な立地。クセになる気持ちよさが自慢の最高級自動シャンプー台を採用しており、癒し時間を体験できる。

ファイバープレックスカラー（ダメージリタッチカラー）
白髪をキレイに染めるだけじゃない、「髪姿勢」まで整える新しいヘアカラー。根元はふんわりと仕上げ髪にツヤとしなやかなシルエットに。毛先は弧を描くようにまとまり、見る人に若々しい印象を与える革新的なヘアカラー。

■ 特　典　OPEN記念特典
「シティライフを見た」で、3回目まで**20%OFF**
● スタンダードリタッチカラー…2,700円→**2,160円**
● ダメージレスリタッチカラー…3,200円→**2,560円**
（ファイバープレックスカラー）
● プレミアムリタッチカラー…4,000円→**3,200円**
（94%オーガニック ルビオナカラー）
※トリートメント、オートシャンプー、セルフブローは無料
（10月末まで）

color palette.co
〈カラーパレット〉
吹田市内本町1-9－5
ハシモトビル1階
営／9時～18時（最終受付17時）
水曜定休
☎06-6319-1131

正 パ 保育士（未経験・ブランクありOK）

新園開設のための人員募集・保育士資格お持ちの方歓迎

職 保育士（①正社員・②パート） 時 ①7時半～19時の間でシフト制②7時半～19時（1日2時間半～OK）②の方は週3日～OK!日曜・祝日他休日、夏季・年末年始休暇あり 給 ①【資格保有者】18万～25万円【資格なし】16万～22万円②【資格保有者】1,000円～1,500円【資格なし】950円～1,200円 待 特別手当・皆勤手当などあり 資 保育士資格保持者優遇 応 まずはお電話ください

ちびっこランド服部緑地園／江坂園
吹田市江坂町5-9-6 メイト緑地公園1階／吹田市江坂町2-17-19
☎06-6388-4156　http://chibikko-iskar.jp/index.html

庭木1本から承ります!

お客様とのお約束
☆庭木1本より明瞭料金
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ
生垣剪定幅1m（高さ2m）
通常2,000円を（※税別）
先着10名様
1,000円

1本からのお庭サービス　ガーデンエクスプレス
大阪支店/茨木市桑田町4-1　営業時間/9:00～17:00
☎072-665-8371

地下1200メートルから湧き出る天然温泉は湯上りにお肌がすべすべになることで「箕面美人の湯」と命名されました。炭酸水素ナトリウム（重曹泉）で溶存物質5632mgと多く療養泉となります。

熱波発汗
ロウリュウ新導入!

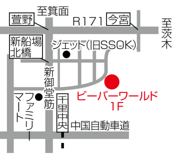
サウナの本場フィンランドで行う熱気浴。サウナストーンに自動で水を注ぐとマイナスイオンを含んだ蒸気で体感温度上昇。浴場タワーサウナで開催!

●5枚集めて半額券キャンペーン
ご入浴で1枚、岩盤浴で2枚、精算時に補助券をお渡し致します。補助券を5枚集めると半額でご入浴いただけます。
券利用配付期間：11月30日まで
券利用期間：12月15日まで
※他の割引やサービスとの併用は出来ません。

入館料	平日	大人…770円・小人…380円・幼児…100円
	土日祝	大人…820円・小人…410円・幼児…100円
岩盤浴料	平日	大人…770円・小人…380円
	土日祝	大人…820円・小人…410円（小学生以上に限る）

※上記価格は10/1以降の消費税10%の価格表記です。
※大人=中学生以上、小人=保護者同伴に限る、幼児=3～4歳、2歳以下は入浴料無料

箕面湯元 水春
箕面市船場東3-13-11 ビーバーワールド箕面船場店
営/平日9時～翌午前2時 土日祝 6時～翌午前2時
（受付終了 翌午前1時まで）年中無休
072-726-4126
朝風呂 土日祝開催



箕面湯元水春限定
2019年11月末まで
この記事持参で
大人入浴料金
100円OFF
※入店受付時にご呈示ください。（1枚で4名様まで、他サービス併用不可）

箕面湯元水春限定
2019年11月末まで
この記事持参で
入浴+岩盤浴+レンタルタオルセット
平日1,790円、土日祝1,890円
⇒**1,340円**
※入店受付時にご呈示ください。（1枚で4名様まで、他サービス併用不可）